

トレーナーがマンツーマンで
じっくりご指導(グループでも可)

PRIVATE TRAINING

プライベート トレーニング

有料

厳しいゴールドジムアカデミーを合格した優秀な
トレーナーがダイエットや体力向上、競技力向上など、
1日でも早くお1人でトレーニングができるよう、
有料でマンツーマンサポートさせて頂くシステムです。
最短で結果を出したい方にオススメです。



①希望のトレーナーを
お選び下さい。



②フロントもしくは
本人に希望の旨
お伝え下さい。



③日程・時間を
決めます。



トレーニングへ

プライベートトレーナー紹介

複数名でご参加いただいても
1セッション1名分の金額で受けられます!



松崎

60分 5,500円
30分 2,700円(加圧)

詳しくトレーニングについてお知り
になりたい方、定期的にブラッシュ
アップしたい方、お気軽にお声掛け
ください。



神谷

60分 5,500円
30分 2,700円(加圧)

初心者の方や1人でトレーニングが
不安な方に楽しくトレーニングが出
来る為のサポートをさせていただきます。



松浦

60分 5,500円

筋力アップや筋量アップ、トレーニン
グ技術向上の事はもちろんですが、食
事の摂取によるダイエット法などのカ
ウンセリングも行いながら、お客様の
目的に応じた方法でご案内させていた
だきます。



原田

60分 4,400円

正しいトレーニングと食事で絶対カラ
ダは変わります。
ボディビルやフィジークの競技歴を生
かして、お客様のサポートをさせてい
だきます。