

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)  
**STAFF PERSONAL  
TRAINING**  
スタッフパーソナルトレーニング

**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  
お選びください。

②フロントもしくは  
本人に希望の旨  
お伝えください。

③日程・時間を  
決めます。

トレーニングへ

**スタッフパーソナルトレーナー紹介**

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。



**栄 Sakae**

**60分** パーソナルトレーニング

¥7,700 (税込)

**90分** パーソナルトレーニング

¥11,550 (税込)

目標を叶えられるよう精一杯  
サポートさせていただきます。



**五十嵐 Ikarashi**

**60分** パーソナルトレーニング

¥6,600 (税込)

**30分** 加圧トレーニング

¥2,750 (税込) 

トレーニング効果を高めるお手伝いを  
させていただきます。どんな事でもご相談下さい。



**佐藤 Sato**

**60分** パーソナルトレーニング

¥6,600 (税込)

**30分** 加圧トレーニング

¥2,750 (税込) 

精一杯サポートさせていただきます。  
お気軽にお声がけくださいませ。



**町田 Machida**

**60分** パーソナルトレーニング

¥5,500 (税込)

**30分** 加圧トレーニング

¥2,750 (税込) 

お気軽にご相談ください。



**PTパッケージのご案内** 1ヶ月コースからご用意しており来館頻度に合わせて変更する事ができます。

『トレーニングウェア上下』『シューズ』『タオルセット』のレンタル5点セットに  
『トレーニング後のプロテイン1杯』が付いている為、手ぶらでご利用いただけます。

○1ヶ月コース【週2回/全8回 ¥44,000】【週3回/全12回 ¥66,000】【週4回/全16回 ¥88,000】

お問合せ先: 03-5460-3535 ゴールドジムサウス東京

**GOLD'S GYM.**