

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

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。

有料

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。



鹿子島

スタッフパーソナル60分 5,500円(税込)
加圧サイクル[®]30分 2,700円(税込)

競技歴/ハンドボール

身体にとって本当に必要なことを
全力でサポートさせて頂きます。
初心者の方も大歓迎です！
お気軽にご相談下さい。



天久

スタッフパーソナル60分 5,500円(税込)
加圧サイクル[®]30分 2,700円(税込)

競技歴/野球・400mリレー

楽しく健康的に、フィットネスが
生活の一部になるようお手伝いさせて頂きます。
心も身体も変えてみましょう！
気軽にお声かけ下さい。



栗原

スタッフパーソナル60分 5,500円(税込)

競技歴/サッカー・合気道
柔道

身体作りには、「運動、栄養、休養」の3つの
バランスが大切です。
トレーニングだけでなく、
食事のアドバイスも欲しいという方も大歓迎です。
あなたの目標を達成できるようにサポートします！
お気軽にお声掛けください。



能代

スタッフパーソナル60分 5,500円(税込)

競技歴/バレーボール
バスケットボール(現在)

目標を明確にし”なりたい自分”を目指して
一緒に頑張ってください！
よろしく願い致します！



亀田

スタッフパーソナル60分 4,400円(税込)
加圧サイクル[®]30分 2,700円(税込)

競技歴/競技ダンス・キックボクシング

目標に無駄なく、効率的に近づきたい方、
一緒に頑張りましょう。
まずは、30分、無料カウンセリングから
お待ちしております。



新田

スタッフパーソナル60分 5,500円(税込)
加圧サイクル[®]30分 2,700円(税込)

競技歴/競泳・走高跳
バスケットボール

女性特有の問題で悩まれている方や、
まだ一人でトレーニングをするのが不安な方、
健康を維持する為や競技力向上の為など
様々なニーズに合わせてご指導させて頂きます。
興味がある方は一度ご相談頂ければ
最善の方法をご提案させていただきます。



紫原

スタッフパーソナル60分 4,400円(税込)
加圧サイクル[®]30分 2,700円(税込)

競技歴/メンズフィジーク

皆さんのお力になれるよう
精一杯サポート致します。

GOLD'S GYM[®]