

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

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。

有料

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!



### 小林 Pro Trainer

60分 6,000円(税抜) 90分 9,000円(税抜)  
加圧トレーニング 30分 2,700円(税込)

競技歴/野球15年、サッカー6年

- ◆認定加圧CYCLEトレーナー
- ◆フィットネスクラブ・マネジメント技能検定2級
- ◆JATI-ATI
- ◆NSCA-CPT
- ◆NESTA公認 パワーサプリメントスペシャリスト

加圧CYCLEトレーニングを組み合わせたセッションが可能です。  
サプリメントの事についてもご相談下さい。



### 南 Pro Trainer

30分 3,000円(税抜) 60分 6,000円(税抜)

競技歴/剣道9年、ボディビル1年

- ◆フィットネスクラブ・マネジメント技能検定3級
- ◆HYPER ICE認定トレーナー

お客様の目的達成のために、トレーニング  
食事・休養の観点からアプローチします。  
まずは無料でカウンセリング致しますので、  
ジムで見かけたらお気軽にお声がけ下さい。



### 飯濱 Official Trainer

60分 5,000円(税抜)

競技歴/サッカー6年、総合格闘技4年

- ◆JATI-ATI
- ◆NSCA-CPT
- ◆MOSSA認定Group Powerインストラクター

トレーニングレベルを上げたい方、  
上手くトレーニングできない方に合った  
最適なプログラムをご案内致します。



### 坂本 Official Trainer

60分 5,000円(税抜)  
加圧トレーニング 30分 2,700円(税込)

競技歴/バスケットボール

- ◆認定加圧CYCLEトレーナー

女性目線でのトレーニング指導、  
綺麗な身体のライン作りや筋力UP等の  
サポートをさせて頂きます。  
健康的な身体作りをしていきましょう。