

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!



林

60分 8,640円(税込)

競技歴/ボディビル

ダイエット・体型管理・筋肉増強などの
肉体改造、コンディショニングなど、
何でもご相談下さい。
SERIOUS FITNESS FOR EVERY BODY!!



佐藤

60分 6,480円(税込)

競技歴/格闘技

競技力向上、シェイプアップ・ダイエット、
姿勢改善などのサポートを致します。
少しでも興味のある方は、
お気軽にご相談下さい。

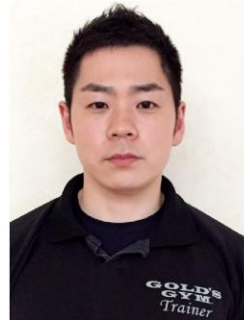


中澤

60分 6,480円(税込)

競技歴/陸上10年

皆様の生活にトレーニングを無理なく
入れられるようにお手伝いさせて
頂きます。



飯島

60分 6,480円(税込)

競技歴/水泳5年・陸上3年
キックボクシング2年・極真カラテ6年

身体を引き締めたい方、大きくしたい方
など、ボディメイクを中心にサポート
させて頂きます。一人で運動するのが
不安な方も、もちろん大歓迎です。
是非、一緒にジムで楽しく身体を変えて
いきましょう!



古川

60分 5,400円(税込)

競技歴/(短距離、跳躍)

初心者やトレーニングに不安がある方
楽しくトレーニングができるよう
サポートさせていただきます。
一緒に頑張りましょう。
お気軽にお声かけください。



北出

60分 5,400円(税込)

競技歴/柔道・サッカー・フィジーク競技

幼少期より筋力トレーニングに興味を
持ち、現在まで取り組んでいます。
減量を伴う為、体重を気にする方も
実体験を元にサポートします。
男性、女性もプライベートトレーニングで
美しく綺麗な身体になりましょう!

お電話でご予約できます。TEL:03-5766-3131

GOLD'S GYM®