

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

ご予約はお電話または、店舗に直接お問い合わせください。
ゴールドジム山口宇部 TEL083-659-1146

寺岡

60分 4,000円(税抜)

競技歴/陸上・柔道(初段)
中国大会8種競技7位

トレーナーとインストラクターを10年以上しています。
ゴールドジムで自らも肉体改造に取り組み、1年で10kgアップ
体脂肪10%を切りました。
トレーニングで不安な方、ワンランク上を目指す方、悩みを
抱えている方、男女問わずどなたでもサポートいたします。
お気軽にご相談ください。

村田

60分 5,000円(税抜)

競技歴/ボディビル・バレーボール
2018年山口県ボディビル選手権優勝
2019年中四国ボディビル選手権75kg超&オーバーオール優勝

トレーニングレベルを向上したい方、パワーや
ボディビル等の大会出場や向上を目指している方
ワンランク上のトレーニングを体験してみませんか!
マニアックなことからメンタルまでサポートします。

藤田

60分 4,000円(税抜)

競技歴/ソフトボール・バスケットボール

18歳のころからトレーニングを始め、筋力の高め方
減量、ボディラインの作り方など経験してきました。
自身の経験を活かし、理想の身体になるための
サポートをさせていただきます。
本気で身体を変えたい方、是非お待ちしております。

GOLD'S GYM.