

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

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。



浪花 Official Trainer
60分 5,500円(税込)
加圧30分 2,700円(税込)

競技歴/ハンドボール

皆様の目標達成の為に、
全力でサポートさせていただきます。
お気軽にご相談ください。



西村 Pro Trainer
60分 5,500円(税込)
加圧30分 2,700円(税込)

競技歴/ボディビル

解剖学、生理学に基づいた合理的な
トレーニング指導を致します。
弱点部位の改善等、トレーニング中・
上級者大歓迎です。



佐藤 Official Trainer
60分 5,500円(税込)

競技歴/柔道、パワーリフティング
ブラジリアン柔術

初心者の方にも、トレーニングを
楽しんでいただけるよう、サポート
致します。



三宅 Official Trainer
60分 5,500円(税込)
加圧30分 2,700円(税込)

競技歴/ボディビル

お客様の目的に合わせて最適な
トレーニングプランを提案致します。
一緒に頑張りましょう。



高村 Official Trainer
60分 6,600円(税込)

競技歴/ボディビル

増量、筋力アップ、コンテスト出場まで
の肉体改造、ダイエット、パフォーマンス
アップなどの目的にあったメニューの提
案を柔道整復師の目線から提供させて
いただきます。



吉野 Pro Trainer
60分 5,500円(税込)

競技歴/野球・ボディビル

長年色々なスポーツをやってきた経験
や知識を活かしてスポーツをされている
方、ボディメイクをされている方にも
トレーニングメニューのご提案をさせて
頂きます。初心者の方も大歓迎です。

GOLD'S GYM®