

ゴールドジムは「自分が通うレベルのジムじゃない…。」
「ちょっと敷居が高い…」といませんか？
実は「初めての方こそ来て頂きたい施設」なのです。

よくある質問 Q & A

Q

トレーニングが初めてなのですが大丈夫ですか？

初心者トレーニング説明会という無料サポート制度がありますので
ご安心して通っていただけます。

Q

ムキムキの人ばかりのイメージがあります。

ベテランの方ばかりと思われがちですが、初心者で始める方が多く
おられます。初心者の方こそゴールドジムにいらしてください。

Q

長く続くか自信がありません。

経験豊富なトレーナーが飽き防止・マンネリ対策の相談にのります
のでご安心ください。

Q

スタジオは初めてでもついていけますか。

ご安心ください。初心者向けのレッスンも豊富で、インストラクター
の先生も優しくフォローしてくれます。

Q

マンツーマン指導は可能ですか。

もちろん可能です。表参道店では60分6000円から実施いただけます。
詳しくはスタッフまでお声掛けください。

GOLD'S GYM®