

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

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。



パーソナルトレーナー紹介



穂積

60分/6,600円(税込)

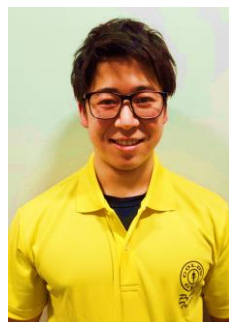
90分/9,900円(税込)

30分/3,300円(税込)

※加圧サイクルトレーニング

スポーツ歴/野球

トレーニングをどうやっていいかわからない、
効率よく結果を出したい、結果が出ない等悩
みは尽きないものです。まずはお気軽にご相談
ください。



川田

60分/7,700円(税込)

90分/11,550円(税込)

スポーツ歴/

ボディビル、野球、パワーリフティング

ベンチプレス、スクワット、デッドリフトが伸
び悩んでいる方、トレーニングで甘えてしま
う方、ダイエットでお困りの方一緒に目標達
成していきましょう。



佐藤

60分/5,500円(税込)

90分/8,250円(税込)

30分/2,750円(税込)

※加圧サイクルトレーニング

スポーツ歴/ボディビル

お客様の目標へ向けて精一杯サポートさせ
ていただきます。



薄井

60分/6,600円(税込)

90分/9,900円(税込)

30分/3,300円(税込)

※加圧サイクルトレーニング

スポーツ歴/

陸上競技、パワーリフティング

伸び悩んでいる方、結果が出るよう精一杯
サポートさせて頂きます。
よろしくお願いします。

パーソナルトレーニングパッケージのご案内



小野

60分/6,600円(税込)

90分/9,900円(税込)

30分/3,300円(税込)

※加圧サイクルトレーニング

スポーツ歴/バスケ、パワーリフティング
ビキニフィットネス

女性ならではの悩みなどもお気軽に
ご相談ください。
全力でサポートさせていただきます。

○1ヶ月コース

【週2回/全8回 ¥44,000~】

【週3回/全12回 ¥66,000~】

【週4回/全16回 ¥88,000~】

来館頻度に合わせて変更する事ができます。

料金プランには、

『トレーニングウェア上下』『シューズ』『タオルセット』のレンタル5点セットに

『トレーニング後のプロテイン1杯』が付いている為、手ぶらでご利用いただけます。

GOLD'S GYM®