

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
加圧 2,750円

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 6,600円
加圧 2,750円

競技歴/ボディビル

資格/JBBF2級指導員 JATI-ATI
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
競技歴/柔道 パワーリフティング
ブラジリアン柔術

資格/JATI-ATI

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
加圧 2,750円

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 Pro Trainer

60分 6,600円
競技歴/ボディビル
資格/柔道整復師 JATI-ATI

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。



石井 Official Trainer

60分 5,500円
競技歴/ボディビル 野球

ジムでのトレーニングが日常での楽しみ
になるように全力でお手伝いいたします。
お気軽にお声がけ下さい。

GOLD'S GYM®