

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。



**栄** Sakae

**60分** パーソナルトレーニング

¥7,700 (税込)

**90分** パーソナルトレーニング

¥11,550 (税込)

目標を叶えられるよう精一杯サポートさせていただきます。



**五十嵐** Ikarashi

**60分** パーソナルトレーニング

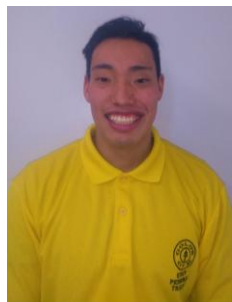
¥6,600 (税込)

**30分** 加圧トレーニング

¥2,750 (税込)



トレーニング効果を高めるお手伝いをさせていただきます。  
どんな事でもご相談下さい。



**佐藤** Sato

**60分** パーソナルトレーニング

¥6,600 (税込)

**30分** 加圧トレーニング

¥2,750 (税込)



精一杯サポートさせていただきます。  
お気軽にお声がけくださいませ。



**町田** Machida

**60分** パーソナルトレーニング

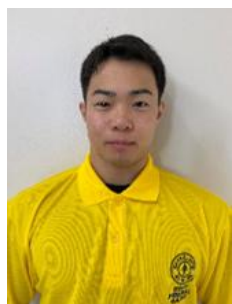
¥5,500 (税込)

**30分** 加圧トレーニング

¥2,750 (税込)



お気軽にご相談ください。



**古田** Huruta

**60分** パーソナルトレーニング

¥5,500 (税込)

**90分** パーソナルトレーニング

¥8,250 (税込)

目的とする身体づくりのためのサポートを精一杯  
させていただきます。お気軽にご相談ください。

**PTパッケージのご案内**

1ヶ月コースからご用意しており来館頻度に合わせて変更する事ができます。  
『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。  
○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】



**お問合せ先: 03-5460-3535 ゴールドジムサウス東京**

**GOLD'S GYM.**