



要予約

筋トレ初心者



無料体験会開催中！

★ジムに通ったことが無い方、これから筋トレを始めたいと思っている方、
ゴールドジムのトレーナーがしっかりと指導致します。

開催時間： 【月～土】 10:00～22:00(最終受付21:00)

【日・祝】 10:00～20:00(最終受付19:00)

所要時間： 1時間 *体験会終了後は温浴施設の利用可。

各回定員： 2名（ご家族ご友人との参加もOK）

*中学生以上の方が、ご参加いただけます。

参加方法： お電話にてご予約ください

持ち物： トレーニングウェア、室内履きをご用意ください。

*中学生以上の方がご参加いただけます。

開催場所： ゴールドジム横浜馬車道