

~History of GOLD'S GYM~ GOLD'S GYM.の歴史

マッスルビーチ。

カリフォルニアの青空の下で、自慢の肉体・技を披露する人々。
そして、その技を楽しむ大勢の観客たち。「ゴールドジム」はそんな、
真剣ながらも、開放的かつ楽しい空気の中で生まれた。



ゴールドジム発祥の地、アメリカ・カリフォルニア州ベニスビーチは、通称
“マッスルビーチ”と呼ばれている。やがて、鉄棒や体操用の吊り輪が設置され、
簡単な体操が行えるようになった。真剣にトレーニングに打ち込むアスリートたち。
その様子を見学している人々。そして、その人々はいつの間にか
“観客”になった。見学はもちろん無料だったので、いつの間にか、観客からは
募金が集まるようになった。集められた募金によって、次々に新しいトレーニング
器具が設置され、ビーチは少しずつ改善・拡大し、ますます大勢のアスリートと
観客を集めるようになったのである。マッスルビーチでワークアウトしていたアスリートの中には、
ボディビルやウェイトリフティングの歴史に多大な貢献をした人々も大勢おり、「ゴールドジム」
はそんな真剣ながらも、開放的かつ楽しい空気の中で生まれたのである。



そして、1965年、「Mr.OLYMPIA」が開催され、ラリー・スコットが初代チャンピオンに輝いた年、ジョー・ゴールドは“マッスル・ビーチ”として有名なカリフォルニア州ベニスに、長年の夢であった本格的なトレーニングのジムをオープン、彼の名を冠した「ゴールドジム」の誕生である。



1975年、鍛え抜かれた体で「オーストリアン・オーク(オーストリアの樅の木)」の愛称で呼ばれていた元カリフォルニア州知事、アーノルド・シュワルツェネッガーが6度目のMr.OLYMPIAのタイトルに輝く。そして、彼が出演した映画「パンピング・アイアン」の公開に伴い、ゴールドジムは“世界で最も有名なジム”と呼ばれるまでに成長し、世界中の人々が多数訪れるようになった。

“THE MECCA OF BODYBUILDING”このキャッチコピーは、まさしくゴールドジム・ベニスにつけられたもので、当時は人々の健康への関心が高まっていたことから、ゴールドジムの名前も一般にも広く普及した。この頃、サンタモニカのセカンドストリートに移転。その後、ライセンス・ジムの1号店をサンフランシスコにオープン。女子ボディビル・コンテストの最高峰「Ms.OLYMPIA」をはじめ、各種コンテストのスポンサーになった。

1981年、現在のハンプトドライブに移転。1985年、キャッチコピーは、“Results for everybody(=全ての人々に結果を)”に。そのコピーどおり、ゴールドジムのメンバーの中から、数々のハリウッドスターが世界の舞台で大いに活躍。

1990年、25周年を迎えたゴールドジムは多くの映画や雑誌で取り上げられる。それはまさに、現在のキャッチコピー SERIOUS FITNESS FOR EVERYBODY(=全ての人々に本当のフィットネスを)を実践するものだった。

そして現在では、世界30カ国、国内100店舗以上、300万人を超えるメンバーが利用する世界最大級ネットワークのフィットネスクラブとなった。



Venice California

トレーニングにとって憧れの聖地
ゴールドジム・ベニス本店



THE MECCA OF BODYBUILDING

「ザ・メッカ・オブ・ボディビルディング」でトレーニングをしたいと、性別や年齢、人種など関係なく、とにかくウェイトトレーニングを愛するメンバーやビジターが世界中から集まる。いつまでも、さまざまな表情を見せてくれるこのジムの魅力は、その広大な施設のサイズと数えきれない器具だけではなく、このジムでトレーニングを行っているひとりひとりが作り出している雰囲気だ。

朝は出勤前のホワイトカラーのメンバーが、スーツを片手にジムに来る。昼間の割と空いている時間帯にはプロビルダーやアスリートたちがトレーニングに集中し、夜は仕事帰りのメンバーで溢れかえる。時間帯ごとでも異なる表情を見せてくれるのが、ベニスの特長。近年では、野外のトレーニングスペースが拡大されて、アジリティトレーニングやボールトレーニングを行いやすくなった。以前は器具の入れ替えがあったりと少しずつでも変化があることから、このジムが常に改善しより良いジムへ向かっていることが窺える。





30
SINCE 1995

CHANGE YOUR BODY, CHANGE YOUR LIFE 30 YEARS OF SERIOUS FITNESS

1995年、東京・江東区南砂に国内初のゴールドジムがオープン。

現在では、国内100店舗以上に増えました。ここでは日本の代表的なゴールドジムをご紹介します。

EAST TOKYO

日本のゴールドジム第1号店

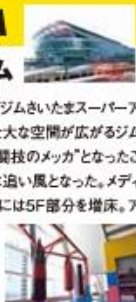
1995年7月、日本初のゴールドジムとして、東京都江東区南砂にオープンした「ゴールドジムイースト東京」。アメリカ・ベニス店をモチーフとして建物からプロデュースされた日本で唯一の店舗である。オープン当初は、ピリヤードやディスコとして有名だった同じ南砂にある建物内にあったが、その後、現在の場所に移転した。館内は広い吹き抜けが気持ちの良いジムエリアに多種類のマシンがずらり。フリーウェイトエリアも国内屈指の充実度。また、ジムエリアを見下ろすように2F部分に格闘技エリアが設置されており、トレーニングやスクールが行なわれている時は館内の雰囲気さらに活気づけている。



SAITAMA SUPER ARENA

アジア最大級のゴールドジム

2000年にオープンした、国内5号店となる「ゴールドジムさいたまスーパーアリーナ」は、天井高8メートル、窓一面ガラス張りの壮大な空間が広がるジムエリアが特徴。「さいたまスーパーアリーナ」が、「格闘技のメッカ」となったこともあり、格闘技コンテンツの多いゴールドジムには追い風となった。メディアへの露出も多いジムである。さらに、2011年4月には5F部分を増床。アジリティ(俊敏性)スペース、人工温泉、スタジアムの増設等で、約1000坪(3300㎡)を越えるビッグサイズとなり、アジア最大級のゴールドジムとなった。



HARAJUKU TOKYO

日本のフィットネスのメッカ



日本の「フィットネスの聖地」原宿にある「ゴールドジム原宿東京」は、2002年3月に国内7号店としてオープン。都心の夜型ライフスタイル、多忙なビジネスマンの要望に応える24時間営業の店舗である。JR原宿駅から徒歩3分、ひときわ目立つ外観のペロックスビルに入る店舗は、オープン当初3Fの1フロアだけだったが、間もなくB2Fフロアを増床、そしてオープン5年目のリニューアルで4Fフロアを増床し、現在3フロアからなっている。B2Fは、「クラシックゴールド」と呼ばれるハードコアジム。3Fには充実のジムエリアと、大きな窓が明るい雰囲気を出したスタジオ。4Fでは原宿・表参道の街並みを一望しながら、開放的な気分でのカーディオ(有酸素)トレーニングを楽しむことができる。同じエリアにあって特徴の違う5店舗、原宿、原宿ANNEX、表参道、南青山、渋谷を目的によって使い分け、ワークアウトを楽しむメンバーも多い。

SOUTH TOKYO ANNEX

アメリカンサイズのジム 格闘技のメッカ

東京都大田区、JR大森駅前に国内9号店としてオープンした「ゴールドジムサウス東京アネックス」。館内は、6F、7Fの2フロアと屋上の3エリアに分かれている。日本最大級1500㎡のジムエリアとSAQやフィールドトレーニングが可能なアスレチックフィールドを備えた6F、多数のサンドバッグはもちろん、本格的なリングも備え、週末には格闘技興行も行われる充実の格闘技フロアがある7F、そして、テニスやフットサルスクールが実施されている屋上エリアに分かれ、まさにアメリカンサイズのビッグなジム。



V10 NONOICHI

総面積は2,400㎡と国内最大級!!

うち約1,500㎡に国内最大級のフリーウェイトゾーンや女性専用トレーニングゾーンやランニングトラック完備。スミミングやクライミングといった様々な施設も魅力。トレーニング後は北館エリアのスポーツクラブでは初導入の高濃度炭酸泉風呂や、天然温泉でリラックス。



TOYOCHO SUPER CENTER

エリア最大級の総合フィットネスセンター

メインジムエリアは650㎡と、国内最大級のサイズ。開放的なアリーナ(体育館)、スタジオ、ホットスタジオ、格闘技スタジオ、プール、フィールドエリア、ラケットボールコート、バイクエクササイズ、大浴場などのリラクゼーション等も充実した全てが揃う総合フィットネスセンター。



30th ANNIVERSARY

ゴールドジムジャパン30周年記念



SPECIAL INFORMATION

限定特別企画 ご案内

誰でも参加OK!!

今年限りの 2025年12月31日まで開催!! 特別スタンプラリー

GOLD'S GYM & MUSCLE GATE 合計で豪華特典!!

ショッピングで3,000円(税込)以上のお買い物でもスタンプ取得可能!

※ゴールドジムは施設利用(体験のみはノーカウント)、マッスルゲートは観戦、もしくは選手として参加が対象となります。

100カ所 **ゴールドジム ショップ 60%OFF** (購入上限 60万円)

60カ所 **ゴールドジム ショップ 30%OFF** (購入上限 60万円)

30カ所 **ゴールドジム ショップ 30%OFF** (購入上限 30万円)

一部三県以外 5カ所 / 一部三県の店舗 10カ所 **ゴールドジム30th記念 限定ステッカープレゼント**

※1店舗で1つのスタンプとなります。(同一店舗を複数利用されているスタンプは1つとなります)予めご了承ください。
※一部三県は東京都、埼玉県、千葉県、神奈川県となります。

さらに!! ゴールドジムだけで100店舗達成で!!

GOLD'S GYM 超豪華特典!!

1組 2名様 **ロサンゼルス往復航空券**
旅行期間中 **ゴールドジムLA店舗利用券付き**

1名様 **ゴールドジム 20万円分クーポン**

2名様 **ゴールドジム 10万円分クーポン**



ご登録は簡単!!
こちらから専用アプリを
ダウンロード!!



30th ANNIVERSARY GOODS COLLECTION

ゴールドジムジャパン30周年を記念した、限定発売のグッズ・ギアのラインナップ!

GOLD'S GYM × NEW ERA 30th ANNIVERSARY NEWERA キャップ

デザインは2種類!抗菌防臭UVカット機能
カジュアルスタイルにはもちろん、トレーニングにもおすすめの
ベースボールキャップ。



3月
発売
(予定)

3月
発売
(予定)



30th ANNIVERSARY ブレンダーボトル

軽い素材、持ち運びやすい形状なのでトレーニング中の水分補給や前後のエネルギー補給に最適です。



30th ANNIVERSARY タンブラー

430ml



30th ANNIVERSARY マグカップ

450ml

倒れないマジックスタンドカップ!!
横からの衝撃に強く、ドリンクがこぼれるのを防止します。



30th ANNIVERSARY Tシャツ



30th ANNIVERSARY ロゴシール

ゴールドジムにて発売中!! ほかにも記念グッズ続々発売予定!!

掲載の商品はイメージとなります。デザインなどは変更になる場合があります。発売している商品もございます。予めご了承ください。