

「推し」があれば
運動だって楽しい!

ガンゼで

鬼推し!



今年40周年を迎えたガンゼスポーツには
おすすめが盛りだくさん!

はじめての方に!
ガンゼスポーツの鬼トレ入門を
おすすめします!
サポート力も施設スペックもOK👏

ガンゼスポーツ40周年キャンペーン

今なら! さらに

12/
29日
まで

WEB入会なら /
12/31まで受付中!

月会費

まるまる

1ヶ月分

0

「web入会手続き」の方には

会員登録料

円 半額

お気に入りの
トレーニングを教えてください!

鬼推し コメント 大募集

あなたのお推しを
シェアしよう!

鬼推しを見つけたら
シェアしよう!

プログラムやジムトレ、好きな通い方など
なんでもOK! お気に入りコメントを
ご応募いただいた方の中から
抽選でカタログギフトをプレゼント!

詳しくは店頭にて!

鬼トレminiを
体験してみよう!

ワンコイン 体験も 受付中!!

※一部店舗を除く

※初月途中入会の場合は、2ヶ月目の月会費0円!初月は途中入会割引が適用されます。※別途、会員登録料が必要となります。
※窓口入会の方の会員登録料は店頭でお問い合わせください。※入会から7ヶ月間が安心サポート期間です。途中解約される場合は通常料金との差額を頂戴いたします。



試してみて!

ビギナーにおすすめ

鬼トレ

40周年を記念してスタートした
時短で運動効果を追求めた目的別のプログラム
それが鬼トレ mini! ぜひやってみてくださいね。



鬼トレmini 腹筋

ラクに(!?)楽しく腹筋運動して
引き締まったお腹を
目指しましょう!
ビギナーさんも大歓迎!



鬼トレmini レッグ

きれいで引き締まった脚を
目指して下半身トレーニングを
楽しみましょう!



鬼トレmini ヒップ

かわいくプリッとしたお尻に!
効くヒップ体操をしましょう!



鬼トレmini ストレッチ

鍛えるだけじゃない!
メンテナンスや体調改善に
有効なストレッチ!
種目を厳選し行います。

プログラム編



ヨガで曲がっていた腰が伸びた!!
(50代女性)



ユーバウンドは短時間で汗がたくさんかけて
スッキリします!(40代男性)



ファイトウのパンチ&キックでスッキリ!
(40代女性)

プール編



プールで泳ぐのが今いちばんの
推し!人の目を気にせず
没頭できるのが◎(30代女性)



脚が弱いけどプールの運動で痩せられて、
卓球まで楽しめるようになりました♡
(70代女性)

ガンゼスポーツの
ココが推せる♡

会員さまからの

鬼推し コメント

その他にも
いろいろ!



家事と育児から解放されて
ガンゼでゆっくり入るお風呂が
最高の自分時間!(50代女性)



トレーニング後のサウナ&水風呂は
最高です!(60代女性)

ジムトレ編



筋トレだけでなく
ストレッチ系のマシンが
充実してるのがイイ!(60代女性)



鬼トレがキツイけど、スタッフさんと
一緒だから頑張ってます♡(60代女性)



ジムエリア内にストレッチゾーンが
あるのが気に入り(30代女性)



寄せられた
推しコメントを
随時更新中!
詳しくはこちら



※店舗によりサービス内容は異なります。※写真はイメージです。

ご入会方法 下記のものをご用意の上、フロントにてお申し込み下さい。

1

会員登録料 5,500円(税込)

2

2ヶ月分の月会費

(キャンペーン割引適用)
※初回のお支払い時は
クレジットカードも利用いただけます。

3

金融機関のキャッシュカード

※銀行またはゆうちょ銀行
※3ヶ月目よりお取引口座より自動振替とさせていただきます。

4

ご本人確認書類

※運転免許証・保険証・パスポート・在留カードなど「氏名」「住所」「生年月日」のご本人確認ができる証明書。
※学生会員は25歳までの学生が対象となります。学生会員希望の方は学生証を持参ください。

営業
時間

平日	10:00~22:00 (入会受付 11:00~20:00)
土	10:00~20:00 (入会受付 11:00~18:00)
日祝	10:00~18:00 (入会受付 11:00~16:00)

休館日

毎月
10日・20日・月末日

※年末年始や施設点検日など臨時休館日あり。

4 GUNZE SPORTS ガンゼスポーツ 南草津レイクブルー

〒525-0050 滋賀県草津市南草津2丁目5番地6

TEL.077-566-5101

www.gunzesports.com

ガンゼスポーツ 検索

お店の情報は
こちらから!



鍼灸整骨院

有資格者(柔整師・鍼灸師など)がサポート。
TEL.077-566-5245
各種保険取り扱い可

診療内容

整骨・はり灸など
※詳しくはお問い合わせ下さい。

ガンゼスポーツ会員様以外の方も
ご利用いただけます

予約可

運営会社/有限会社japs medical support



ガンゼスポーツクラブ
南草津レイクブルー

駐車場1
駐車場2

ガンゼスポーツ
専用駐車場完備

南草津駅西口より
徒歩3分!!
駐車場
3時間
まで無料!!