



「やる気未満」をグンゼがサポート!

GUNZE
SPORTS

鬼のスタート応援祭



楽しくて効果的な運動と
安心して続けられる環境づくりで
一人ひとりの健康を応援します!



スタート応援プラン

2/
28^金
まで

はじめの2ヶ月間は
使い放題で

3,850^[税込]円/月

※別途登録手数料税込5,500円が必要となります。※7ヶ月間の継続サポートが条件となります。

なかなかやる気が出ない
そんなあなたに!

まずは
コレ!

カラダ タイプ診断

詳しくはウラ面をチェック!

4
GUNZE
SPORTS

グンゼスポーツ 吹田健都

〒564-0018 吹田市岸部新町5番45号
ピエラ岸辺健都 5F (JR岸辺駅直結)

TEL.06-6836-7319



なかなかやる気が出ない

そんなあなたに!

まずは
コレ!

筋肉量や
筋バランスなどの
体成分測定データ
をもとに

5つのタイプで
あなたのカラダを
診断!

C TYPE

筋肉質

現状の筋肉量を維持できるように継続を! しなやかな柔軟性もアップするトレーニングメニューを取り入れると◎



D TYPE

かた太り

筋量は◎ボディバランスを意識した運動を。筋トレだけでなく有酸素運動や全身運動になるアクアプログラムもおすすめ!



E TYPE

肥満

脂肪を燃焼させる有酸素運動と代謝を促すために筋量を増加させる筋トレを組み合わせよう! ビギナーならスタジオレッスンがおすすめ。



A TYPE

痩せ型

見た目は細いけど筋肉不足だったり体のメリハリが乏しいタイプ! ビギナー向けのかんたん筋トレからはじめよう。



B TYPE

標準

カラダバランスは良好◎ 現状維持のために楽しく続けられる運動を。筋トレ&有酸素が両方できる格闘技系プログラムがおすすめ。



カラダ

タイプ診断

キャンペーン期間中は
カラダタイプ診断が
無料!

さらに!

カウンセリングシートを使って
スタッフがおすすめの運動を
丁寧に解説します!



予約
不要

持ち物
不要

店頭にて「カラダタイプ診断」と
お申しつけください。

寒くて風邪をひきやすい
今だから!

おすすめ
温活
メニュー
3選

まずは優しく
巡りUP



リラックスヨガ
ココロもゆったりほぐします

インナーマッスルを
じわじわ



ダンスエクササイズ
気になる部位のトレーニングにも。

ポカポカ・汗だく
MAX



U-BOUND
トランポリンで軽やかにジャンプ!

番外編



もちろん!
人気のサウナも
使い放題!

※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。



Gunzesports 吹田健都

〒564-0018 吹田市岸部新町5番45号
ピエラ岸辺健都 5F (JR岸辺駅直結)

TEL.06-6836-7319

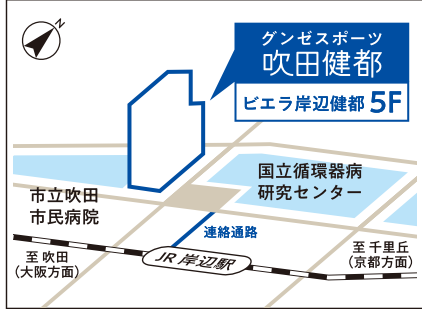
お店の情報は
こちらから!



ご入会方法



①こちらからお申し込みください



スタッフブログも更新中 詳しくは今すぐWebへ!! www.gunzesports.com

営業時間

休館日を除く24時間

休館日

毎週火曜日10:00~水曜日10:00まで

お申込み完了後、
店頭にて右記手続きを
お願いいたします。

- ・口座振替登録 (金融機関のキャッシュカードをご持参ください。)
- ・本人確認書類確認

※年末年始や施設点検日など臨時休館日あり。