



GUNZE
SPORTS

「やる気未満」をグンゼがサポート!

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



1/
30^木
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。

見学・体験のアンケートご記入の皆様に

2025年の運勢占い
開運招福おみくじ箸
にチャレンジいただけます!

各店
先着
100名様



新年早々
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!

グンゼスポーツ つかしん

TEL.06-6422-3911
www.gunzesports.com

グンゼスポーツ 検索



新年早々やる気が出ない

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

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。



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。



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!

温活 メニュー 3選

おすすめ

まずは優しく
巡りUP



ヨガ

ココロもゆったりほぐれます

インナーマッスルで
じわじわ



ピラティス

気になる部位のトレーニングにも。

ボカボカ・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。

ご入会方法

右記のものをご用意の上、
フロントにてお申し込み下さい。

キャッシュレスでお手続き可能

1 金融機関の
キャッシュカード

※銀行またはゆうちょ銀行

2 ご本人確認書類

※運転免許証・保険証・パスポートなど
「氏名」「住所」「生年月日」の
本人確認ができる証明書をお持ちください。

運動療法 コースの ご案内

グンゼスポーツつかしんは指定運動療法施設です。

グンゼスポーツつかしんは、厚生労働省より「指定運動療法施設」の
認可を受け、医師の指示に基づく運動療法を実施すると当クラブでの
利用料(会費)については、所得税の医療費控除が適用されます。
※詳しくはお電話もしくは店舗窓口までお問合せください。



家族みんなのスポーツ空間 グンゼスポーツつかしん

〒661-0001 兵庫県尼崎市塚口本町4-8-1 グンゼタウンセンターつかしん内

TEL.06-6422-3911

営業時間	平日	10:00~22:00
	土日祝	10:00~18:00
フロント 営業時間	平日	10:00~21:00
	土日祝	10:00~17:00

休館日	月末最終日
-----	-------

※トレーニング施設のご利用は
閉館の30分前までとなります。



Health care office
joy plus.
鍼灸整骨院
有資格者(柔整師・鍼灸師など)
がサポート。
TEL.06-6422-4224
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。

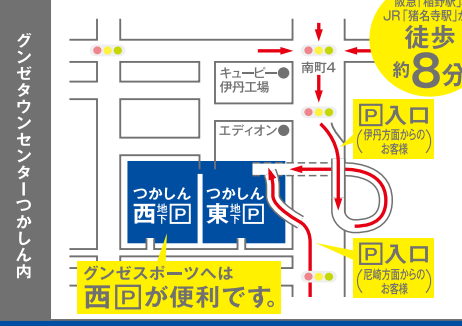
グンゼスポーツ会員様
以外の方も
ご利用いただけます

予約可
運営会社/
有限会社japs medical support

キャッシュカード1枚で口座振替の手続きができます。

пейジー導入

ご利用可能金融機関 都市銀行・地方銀行・ゆうちょ銀行・
信用金庫各店
※月会費は毎月、金融機関口座からの引落としとなります。
※一部取り扱いできない金融機関がございます。



グンゼタウンセンターつかしん内
グンゼスポーツは西回が便利です。
徒歩約8分
回入口(伊丹方面からのお客様)
回入口(尼崎方面からのお客様)
駐車が3時間無料
だからエクササイズの後も
併設のショッピングセンターでゆっくりお買い物
駐車・駐輪スペース充実!
車2,000台収容可能