



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

2/
27^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。

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!

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



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
さらに!
無料!

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



ヨガ

ココロもゆったりほぐします

インナーマッセルが
じわじわ



ピラティス

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。



GUNZE Town Center
TSUKASHI

家族みんなのスポーツ空間

ガ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 ガンゼタウンセンターつかしん内

4

TEL. 06-6422-3911

www.gunzesports.com

ガンゼスポーツ

検索

営業時間

平日	10:00~22:00
土日祝	10:00~18:00

※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。

休館日

月末最終日

Health care office
joy plus.
鍼灸整骨院
有資格者(業整師・
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。
予約可 ガンゼスポーツ会員様以外の方も
ご利用いただけます
運営会社/有限会社japs medical support

運動療法
コースの
ご案内

ガンゼスポーツつかしんは指定運動療法施設です。

ガ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。



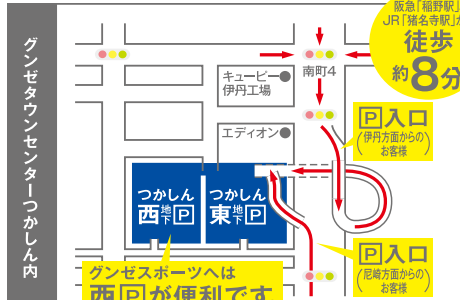
ご入会方法



①こちらからお申込みください

お申込み完了後、店頭にて
下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



駐車場が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