



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

3/
31月
まで

はじめの2ヶ月間は
使い放題で

3,850円[税込]/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!

グンゼスポーツ枚方

TEL.072-841-0506

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!

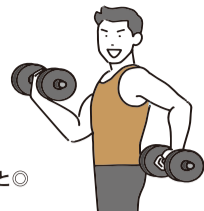
筋肉量や
筋バランスなどの
体成分測定データ
をもとに

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リッスンがおすすめ。



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



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。

営業時間	平日	9:30~22:00
	土・日・祝	9:30~20:00

休館日 毎週火曜日 ※年末年始や施設点検日など臨時休館日あり。

※最終チェックインおよびジム、プールのご利用は、営業終了時間15分前までとさせていただきます。

GUNZE SPORTS **グンゼスポーツ枚方**
〒573-0032 枚方市岡東町14番51号
平日(月~金)は夜22時まで営業!
無料施設見学実施中!

TEL.072-841-0506

Web入会予約24時間受付中!
www.gunzesports.com

グンゼスポーツ 検索

ご入会方法



☎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



無料駐輪場
完備!!

約130台!!

詳しくはこちら

**ジュニアスクールも
入会
受付中!**

スウィミング
スクール

JUMPS公認
チアダンス
スクール

JDAC
ダンススクール

鍼灸整骨院
Health care office
joy plus. TEL.072-841-1019

有資格者(柔整師・鍼灸師など)がサポート。

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

枚方市駅より
約300m
(徒歩約4分)

枚方T-SITE
ふれあい通り
サンブラザ
市民会館
国体中央公園
枚方市役所
グンゼスポーツ
枚方

市営岡東町駐車場 P