

予約不要!

着替え不要!

かんたんチェック!

12/29(金)まで!

10分で  
アドバイス  
付き!

# カラダ<sup>®</sup> 無料点検

測定いただいた皆様に

エコバッグ  
プレゼント



※無くなり次第終了となります。※エコバッグの色はお選びいただけません。  
※エコバッグプレゼントはグンゼスポーツにご入会いただいている方が対象です。



詳しい  
体成分測定  
の結果を見ながら  
わかりやすく説明&  
カウンセリング!



ご希望の方には  
グンゼおすすめの  
運動メソッドも  
アドバイスします!



もしかすると、

あなたは  
こんなタイプ  
かも!?



すっきり細見え  
してるけど...

かくれ肥満



鍛えてたつもり  
だけど...

筋肉量  
アンバランス

健康診断結果を見ない  
フリしてただけ...

メタボ  
解消必須!



\ココまでわかる! /

10分のカラダ無料点検で

かんたんチェック!

体成分分析

肥満指標

部位別情報

kg

体重

体重だけでなく  
体成分を知ること  
で健康度や肥満度の  
チェックが出来ます



骨格筋量

体重のうちの  
筋肉重量  
丈夫な体を作る  
基になります



体脂肪量

体重のうちの  
体脂肪重量  
肥満の原因となる  
事が多いです



体水分量

体水分量は体重の  
約50~70%を占め、  
体内での栄養素や  
老廃物の運搬の  
役割も担います

BMI

BMI

体重と身長で見る  
肥満度



肥満指標

脂肪の割合で見る  
肥満度



部位別  
筋肉バランス

上半身下半身の  
筋肉バランスが  
分かれます



部位別  
体脂肪バランス

上半身下半身・  
体幹部の脂肪量  
バランスが分かれます

予約  
不要!

ご来館から測定、結果のお渡しまで10分!

〈当日の流れ〉



ぷらっと来館

営業時間中なら  
いつでもOK!



受付

受付にて必要事項を  
ご記入の上申し込み  
いただきます。



着替え  
不要!

ボディ  
バランス測定

裸足になって測定機器に  
乗るだけで簡単に結果が  
出ます。



結果ご説明

カラダ点検の結果をわかり  
やすくご説明いたします。  
改善するために必要な  
運動や生活習慣についても  
アドバイス!



測定いただいた皆様に

エコバッグ  
プレゼント

※無くなり次第終了となります。  
※エコバッグの色はお選びいただけません。  
※エコバッグプレゼントはグンゼスポーツに  
ご入会いただいていない方が対象です。

カラダ無料点検日は当日体験利用も可能です。

当日の体験利用空き状況によっては、後日にご予約いただく場合がございます。

施設見学・体験も受付中!

Web入会予約24時間受付中!

www.gunzesports.com  
見学随時OK・お気軽にお越し下さい

グンゼスポーツ

検索

GUNZE  
SPORTS

グンゼスポーツ  
アイビースクエア

〒710-0054 倉敷市本町16-54  
☎086-422-2001

入会受付時間

平日/10:00~20:30  
土曜日/10:00~19:00  
日・祝日/10:00~17:00

休館日 毎月10日・20日・月末日

※その他、年末年始・お盆・施設点検日などで臨時休館日あり。

営業時間

平日/9:00~22:30  
土曜日/9:00~21:00  
日・祝日/9:00~19:00

グンゼスポーツ  
専用駐車場  
140台

3時間  
まで

無料

