GUNZE SPORTS

夏の疲れをリセットしよう！ Let's help your body recover!

大人のからだリカバリー

ながぁ～い夏の間にたまった
「蓄積疲労」をグンゼでリセット！

猛暑をなんとか乗り切ったけれど、なんとなく**疲れが抜けない**。**肩や腰の重だるさ**、運動不足による**体力低下**、知らず知らずのうちに溜まったストレス…。

秋は、夏の疲れをリセットし、心と身体を整えるのにぴったりの季節です。

今、あなたに必要なのはどっち??

ちょこっと動いて 回復スイッチON!

「最近、身体が重い」「疲れやすくなった気がする」「運動不足を感じている」
そんな方は、身体を少しずつ動かしてリカバリー力を高めましょう。
夏の疲れは、休むだけでは解消しきれないことも。軽い運動で血流を促し、
身体本来の回復力を引き出すことが大切です。

ゆるっと整えて 緊張とコリをOFF!

「肩や首がガチガチ」「なんだか気持ちが落ち着かない」「睡眠の質が気になる」
そんな方は、心身をゆるめる時間を取り入れてみませんか？夏の暑さや
冷房による冷え、生活リズムの乱れは、知らないうちに身体の緊張やコリにつながります。
秋は、自律神経を整えながら無理なくコンディションを回復するチャンスです。

あなたにぴったりのリカバリー方法を見つけよう！

ただ今、館内では身体の状態やお悩みを確認しながら、
あなたに合った運動・プログラムをご提案する
「おつかれタイプ診断」を実施中！

グンゼスポーツ アイビースクエア TEL.086-422-2001

お店の情報はこちらから

GUNZE SPORTS

スタート応援キャンペーン

WEB入会限定特典 会員登録料 半額

WEB入会からお申込みいただくと 通常5,500円(税込)を

ビギナー応援!

通えば通うほど
月会費が割引になるおトクなキャンペーン

ウェルカムスタンプラリー 開催中!

新規入会から2ヶ月間、
プログラムに参加すると月会費をキャッシュバック!

合計16回参加すれば 最大6,000円を還元!

※参加回数に応じて4ヶ月目の月会費を割引いたします。※入会やスタンプカード達成のタイミングにより割引対象月が変わる場合がございます。

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

営業時間		
	平日	9:00~22:30
	土	9:00~21:00
	日・祝日	9:00~19:00
休館日	毎月10日・20日・月末日	

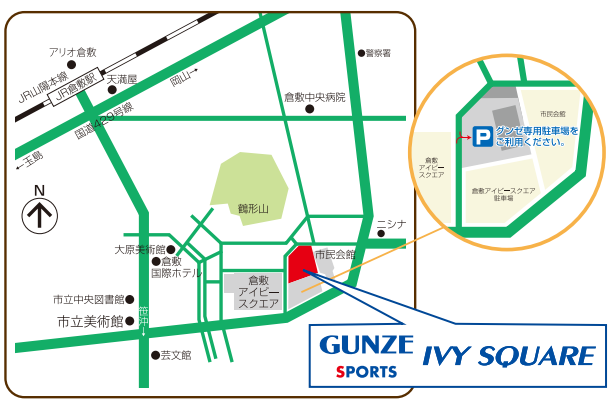
ご入会方法

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

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

グンゼスポーツ専用駐車場 140台 3時間まで無料