

大人のスクール

週1回の運動習慣、 始めませんか？

忙しい日々の生活の中に、
自分のための特別な時間を作ってみませんか？
週1回の運動習慣でココロもカラダもリフレッシュ！



体験申し込み受付中！

前日

まずは気軽に
お電話を♪

当日

体験申込書の
記入&ご説明

プログラムに
参加

お風呂・サウナで
リフレッシュ

ご体験の
流れ



アンケート
ご記入
&ご入会
手続き

Gunze Sports Nishinomiya

TEL. 0798-37-0435

www.gunzesports.com/nishinomiya

ZUMBA



人気プログラムの『ZUMBA』!! 50分間のプログラムでよりたくさんの曲を
楽しみながらたくさん踊って表現力アップを目指すクラス。

曜日・時間 水曜 12:30~13:20
料金 4,950円(税込)/月3回

背骨コンディショニング



背骨のゆがみを整えることで、腰痛や肩こり、関節の痛み、内臓の不調を
改善または緩和を目指す運動プログラム。

曜日・時間 水曜 14:45~15:30
料金 4,950円(税込)/月3回

ラテンエアロ



ダンス要素を含みながらもシンプルな動きでしっかりと
汗をかけるクラス。「エアロビクス」の動きと
「ラテン」の動きが含まれた初心者でも安心なクラス。

曜日・時間 木曜 10:30~11:15
料金 4,950円(税込)/月3回

ジャズダンス



本格的なダンスレッスン。細かな動きや表現方法などの
テクニックも磨ける、初心者から上級者まで
楽しむことができるクラス。

曜日・時間 木曜 13:00~14:30
料金 8,250円(税込)/月3回

4泳法



少人数制で個別指導も充実したスイミング指導クラス。
泳ぎのコツを知りたい方に大変おススメな
運動プログラムです。

曜日・時間 木曜 12:15~12:45・
19:00~19:30
料金 各8,580円(税込)/月3回

キャンペーンの詳細については、店舗まで直接お問い合わせください。

ご入会方法

下記のものをご用意の上、フロントにてお申し込み下さい。

- 1 会員登録料 5,500円(税込)
- 2 2ヶ月分の月会費
- 3 金融機関のキャッシュカード
※銀行またはゆうちょ銀行
- 4 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。

安心安全の取り組み



グンゼスポーツは、皆さまが安心して
身体を動かせるよう、衛生管理を徹底しております。
皆さまにもご協力・ご理解のほど、よろしくお願いします。



当クラブの
詳しい取り
組みはこちら



GUNZE ゴンゼスポーツ西宮

TEL.0798-37-0435

〒662-0943 西宮市建石町1-6 www.gunzesports.com/nishinomiya

Web入会予約
24時間受付中!

グンゼスポーツ西宮



営業時間	平日	9:00~22:00(入会受付10:00~20:00)
	土	9:00~18:00(入会受付10:00~16:00)
	日祝	9:00~18:00(入会受付10:00~16:00)

休館日 毎月10日・20日・月末日

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.0798-37-0213
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

