

予約不要!

着替え不要!

かんたんチェック!

10/30<sup>月</sup>まで!

10分でわかる

# 秋のカラダ<sup>®</sup> 無料点検

測定いただいた皆様に

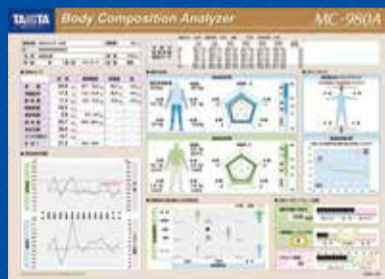
エコバッグ  
プレゼント



※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ない方が対象です。



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  
フリしてただけど...  
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	
<b>kg</b> 体重	 骨格筋量	 体脂肪量	 体水分量	<b>BMI</b> BMI	 肥満指標	 部位別 筋肉バランス	 部位別 体脂肪バランス
体重だけでなく体成分を知ることによって健康度や肥満度のチェックが出来ます	体重のうちの筋肉重量丈夫な体を作る基になります	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	体重と身長で見る肥満度	脂肪の割合で見る肥満度	上半身下半身の筋肉量バランスが分かります	上半身下半身・体幹部の脂肪量バランスが分かります

**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)

 <b>ぷらっと来館</b> 営業時間中ならいつでもOK!	 <b>受付</b> 受付にて必要事項をご記入の上申し込みいただきます。	 <b>ボディバランス測定</b> 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。	 <b>結果ご説明</b> 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!	 <b>測定いただいた皆様にエコバッグプレゼント</b> ※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。
-------------------------------------	--	--	--	---

**カラダ無料点検日は当日体験利用も可能です。** 施設見学・体験も受付中! 体験利用の際はこちらをご準備ください。

**GUNZE SPORTS** **グンゼスポーツ西宮**  
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](#) 検索

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

\来館前に、もっと知りたい方はこちら!/  
これを読めば、はじめてでも安心。  
**グンゼスポーツはじめてガイド**

入会前に、1日だけのお手軽体験。  
**1DAY トライアル**

無料駐車場 252台設置  
屋内駐車場もございます

阪神西宮駅より南へ徒歩10分