

鬼トレ!

食べたいけど痩せたい。
休めて時間が作れない。



コンビニジムで
結果が出なかつた!

一人じゃつづかない。
家トレの限界を感じた。



運動のやりかたが
わからない。

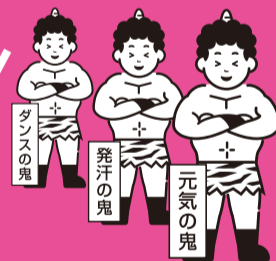
運動の鬼と一緒
楽しく結果を出そう!

運動すれば良いのは
わかっている。(でもできない)

そんなあなたに、グンゼスポーツが真剣に向き合う!それがグンゼの鬼トレです。

鬼と書いてプロと呼ぶ!

グンゼスポーツには「〇〇の鬼」そろってます!!



今なら初期費用も鬼おトク!

4/
29月祝
まで

スタート応援コース

会員登録料

0円

+

はじめの2ヶ月間は
使い放題で

3,850円 [税込] /月

3ヶ月目からは好きな料金プランを選べます

入会から7ヶ月間の安心サポート付き

*入会から7ヶ月間がスタート応援コースサポート期間です。*途中解約される場合は通常料金との差額を頂戴いたします。



グンゼスポーツの鬼トレ! この春はじめよう!



その1

「たまに」「ゆるく」やるだけで結果が出せると本当に思っていますか?

がんばりすぎず、コツコツやるのが正解!!



その2

「運動だけ」「食事だけ」で良いわけがないですよね?

結果を出すための方法はスタッフに相談ですよ!



その3

「なんとなく苦手」「無理そう」っていつまで言うの?大人なのに??

そんなアナタは、まず一度プログラムレッスンに参加を!!



グンゼの運動は鬼かんたん!

ビギナーさんでも始められる、続けられる運動のラインナップ。運動効果を研究して作られているから時短でも効果は◎



グンゼのスタッフは鬼やさしい!

頼れるスタッフが運動方法はもちろんあなたに合ったカラダ改善方法をアドバイス! しかも、不安なキモチもガッチリサポート!



グンゼのプログラムは鬼たのしい!

エンタメ、ダンス、格闘技、リラックス! 圧倒的なバリエーションで本格的なレッスンが選び放題!自分に合った"たのしさ"を見つけるのが続けられるいちばんのポイント!



ボディメイクタイム

「腹筋タイム」
「コアメイクタイム」
いろんな短時間集中トレーニングを用意しています!



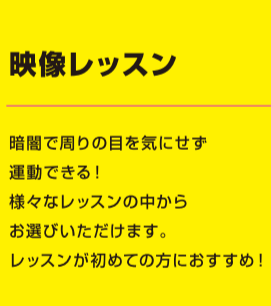
カウンセリング

分析結果をもとに一人ひとり違うカラダの課題を発見! 解決するための運動や生活習慣についてプロのトレーナーがわかりやすくカウンセリングします。



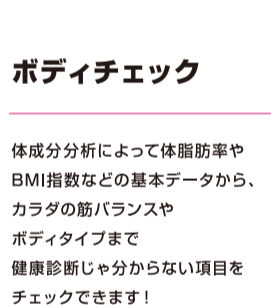
ユーバウンド

トランポリンで飛んで、跳ねて! 消費カロリーもトップクラスのプログラム。終わる頃には汗だくです!



映像レッスン

暗闇で周りの目を気にせず運動できる! 様々なレッスンの中からお選びいただけます。レッスンが初めての方におすすめ!



ボディチェック

体成分分析によって体脂肪率やBMI指数などの基本データから、カラダの筋バランスやボディタイプまで健康診断じゃ分からない項目をチェックできます!



ファイドウ

格闘系プログラムでストレス発散するならコレ! きもちがスッキリするだけでなく、ふだん使わない筋肉が目覚める感じも気持ちいい!



100歳まで元気に動く体づくり

何歳からでも遅くない!
何歳からでも変われます!
「体・バランス・ロ・頭」を鍛えよう!



運動指導

基本的なマシンの使い方やあなたの目的に合った効果的な運動の組み合わせなど、グンゼスポーツならではの指導力にお任せください!



ピラティス

インナーマッスルをしっかり鍛えてしなやかで美しいボディラインに! 正しい姿勢の指導を受けられるから初めてでも安心!

※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。

お手続きには、下記の4つをご持参ください。ご入会手続き当日、写真撮影をいたします。

1 会員登録料 **0円**
セルフ営業時間で利用のプランの場合はICチップ発行料(3,300円(税込))が別途必要となります。

2 月会費2ヶ月分

3 金融機関のキャッシュカードとお届印
※銀行またはゆうちょ銀行 ※銀行口座の確認できるもの

4 ご本人確認書類
運転免許証・保険証・パスポート・在留カードなど、「氏名」「住所」「生年月日」のご本人確認ができる証明書。

グンゼスポーツ 吹田健都

TEL.06-6836-7319

〒564-0018 吹田市岸部新町5番45号 ビエラ岸辺健都 5F(JR岸辺駅直結)

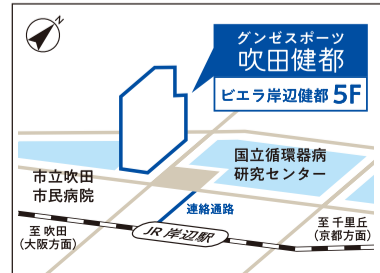


営業時間
入会受付時間

休館日を除く24時間

平日	11:00~21:00
土	11:00~18:00
日・祝	11:00~16:00

休館日 毎週火曜日10:00~水曜日10:00まで



スタッフブログも更新中

詳しくは今すぐWebへ!! www.gunzesports.com

グンゼスポーツ

検索