

鬼トレ!

運動の鬼と一緒
楽しく結果を出そう!

運動のやりかたが
わからない。
めんどくさい!!

運動すれば良いのは
わかっている。(でもできない)



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。

食べたいけど痩せたい。

休めて時間が作れない。



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「○○の鬼」そろってます!!



今なら初期費用も鬼おトク!

6/
29±
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。



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べる!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!



コンディショニングストレッチ

短時間のストレッチで体を整える!



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!

全身メリハリボディ

マシンを用いて身体機能向上を目的に行う短時間トレーニング。



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!



お腹シェイプ

短時間で、さまざまなバリエーションの腹筋で効果的にトレーニング!



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**

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 吹田ミリカ

〒565-0815 吹田市千里丘北 1-7 TEL.06-6878-5160



営業時間 平日 10:00~23:00 土 10:00~20:00 日・祝 10:00~18:00

入会受付時間 平日 11:00~15:00 18:00~20:00 土 11:00~13:00 15:00~18:00 日・祝 11:00~16:00

休館日 毎月10日・20日・月末日

詳しくは今すぐWebへ!! www.gunzesports.com

※その他、年末年始・お盆・施設点検日などで臨時休館日あり。

スタッフブログも更新中

グンゼスポーツ吹田ミリカ

検索



100%平面駐車場で駐車もラクラク
※3時間まで無料