

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

ながあ〜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。



自分のカラダを知る。
吹田ミリカ店イチオシ! |

グンゼスポーツの
マシンピラティス

オトナ女子の
ケアする
ピラティス。

icca
PILATES

大人気! 会員募集中!



詳しくはこちら!

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!





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。

吹田ミリカのジュニアスクール



はじめてのスクール、
ギモンや不安を解消できる
見学&体験会
にぜひお越しください!

ご予約
受付中!

お申し込みは
こちら!▶



幼児・小学生スイミング



親子スイミング



JDACダンス



グンゼのたいいく



テニス

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

詳しくは今すぐWebへ!! www.gunzesports.com

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

お店の情報は
こちらから!



ご入会予約はこちら



① こちらからお申込みください

ご予約完了後、予約日に
店頭にて右記手続きを
お願いいたします。



100%平面駐車場で駐車もラクラク
※3時間まで無料

- ・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
- ・登録料 + 月会費 (2か月分)