

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!!

コンビニジムで
結果が出なかつた!

1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。

休んで時間が作れない。

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「○○の鬼」そろってます!!



今なら初期費用も鬼おトク!

5/
30 (木)
まで

スタート応援コース

会員登録料

0円

+

最初の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 つかしん

TEL.06-6422-3911

www.gunzesports.com

グンゼスポーツ 検索



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!!



グンゼの運動は 鬼かんたん!

ピグ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。
新たな趣味を発見できるかも!?



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!



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!



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!



ラケットボール

スピード感と打球音の迫力が魅力!
思いきりボールを叩く爽快感は
ストレス解消に持って来い!!

ゴルフ

身体を動かすが苦手な人に最適!
ちょうど良い運動量で無理なく
続けられます。



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。

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!



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!



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!

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!



卓球・バドミントン

生涯スポーツとして人気の高い
卓球とバドミントン。
今や中学校での部活動で
1、2を争う人気!!



ヨガ

心と体の調和を図り、
柔軟性の向上やストレス解消、
ダイエットにも効果的なプログラム。
初めての方でも気軽に参加できます!

※写真はイメージです。※利用には別途料金が必要となります。

ご入会方法

右記のものをご用意の上、
フロントにてお申し込み下さい。

キャッシュレスでお手続き可能

1 金融機関の
キャッシュカード
※銀行またはゆうちょ銀行

2 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。

運動療法 コースの ご案内

グンゼスポーツつかしんは指定運動療法施設です。

グンゼスポーツつかしんは、厚生労働省より『指定運動療法施設』の
認可を受け、医師の指示に基づく運動療法を実施すると当クラブでの
利用料(会費)については、所得税の医療費控除が適用されます。

※詳しくはお電話もしくは店舗窓口までお問合せください。



家族みんなのスポーツ空間 グンゼスポーツつかしん

〒661-0001 兵庫県尼崎市塚口本町4-8-1 グンゼタウンセンターつかしん内

TEL. 06-6422-3911

営業時間	平日	10:00~22:00
	土日祝	10:00~18:00
フロント 営業時間	平日	10:00~21:00
	土日祝	10:00~17:00

休館日
毎月10日・20日・月末日

※トレーニング施設のご利用は
閉館の30分前までとなります。

Health care office
joy plus.
鍼灸整骨院
有資格者(鍼灸師・整骨師など)がサポート。
TEL.06-6422-4224
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/
株式会社japs medical support

キャッシュカード1枚で口座振替の手続きができます。
пейジー導入
ご利用可能金融機関 都市銀行・地方銀行・ゆうちょ銀行・
信用金庫各店
※月会費は毎月、金融機関口座からの引落としとなります。
※一部取り扱いできない金融機関がございます。

グンゼタウンセンターつかしん内

最寄り駅「西野駅」
JR「稲名寺駅」から
徒歩
約8分

回入口
(伊丹方面から)
お客様

回入口
(尼崎方面から)
お客様

つかしん西野回
つかしん東野回

グンゼスポーツへは
西回が便利です。

駐車場が3時間無料
だからエクササイズの後も
併設のショッピングセンターでゆっくりお買い物

駐車・駐輪スペース充実!
車2,000台収容可能