

ココロもカラダも、脳まで活性化!?

げんきスイッチ ONしよう💡

長かった夏、暑さにバテていませんか？

せっかく動きやすいシーズンになったからココロとカラダのケアからはじめて
いきいき楽しく過ごせるように元気のスイッチを入れましょう！

着替え
不要

手ぶらで
OK

まずは気軽にお越しください！

SPECIAL EVENT

知るからはじめるメンテナンス

まちのカラダ測定所

【参加無料】



筋肉量やバランスなど、
おうちの体重計じゃ分からない
詳しい体組成データを
チェックしてみましょう！

ちょこっとお試しトレーニング

やってみよう！運動体験



運動が苦手な方、
体力に自信の無い方におすすめの
お試し体験を開催中

今なら！体験料500円（税込）

あたまもやわらかく活性化！

グンゼで脳トレチャレンジ！

【参加無料】

グンゼで
脳トレ
チャレンジ!



館内で脳トレクイズを出題！
答えが分かったら
スタッフにお声掛けください。

詳しくは
裏面を
ご覧ください





毎週
水
曜日

ウェスト シェイプ

腹筋エクササイズでウェスト引き締めを
目指そう！

時間

14:10～14:20

場所

マシンジムエリア

持ち物不要



10/
10 金

腰痛予防 ストレッチ

かんたんなストレッチでカラダを
気持ちよく伸ばし腰痛を予防しよう！

時間

10:30～10:40

場所

マシンジムエリア

持ち物不要



10/
8 水

肩こり予防 ストレッチ

かんたんなストレッチで肩こりを
スッキリ解消しよう！

時間

11:10～11:20

場所

マシンジムエリア

持ち物不要



10/
21 火・23 木

GUNZE体操

どの年代の方でもご参加いただける
グンゼスポーツ監修の
オリジナル体操をやってみよう！

時間

【10/21(火)】
11:30～11:45
【10/23(木)】
13:05～13:20

場所

Bスタジオ



10/
8 水

明治安田生命測定会

血管年齢測定/ ベジチェック®測定会

普段なかなか測定することができない血管年齢測定や
野菜摂取レベルをこの機会に
ぜひ測定してみよう！

時間

13:00～15:00

場所

1F 総合受付

持ち物不要



10/
30 木

カラダ年齢測定会

あなたの体力年齢は今、何歳？全国の
フィットネスクラブでチェックしてみよう！

持ち物

スマートフォン、
動ける服装、
室内シューズ、
タオル等

時間

15:30～16:30
※最終受付16:15まで

場所

Bスタジオ



GUNZE Town Center
TSUKASHIN

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

www.gunzesports.com

グンゼスポーツ

検索

営業
時間

平日

10:00～22:00

土日祝

10:00～18:00

休館日

月末最終日

※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。

ご入会方法



お申込み完了後、店頭にて
下記手続きをお願いいたします。

- ・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

① こちらから
お申込みください

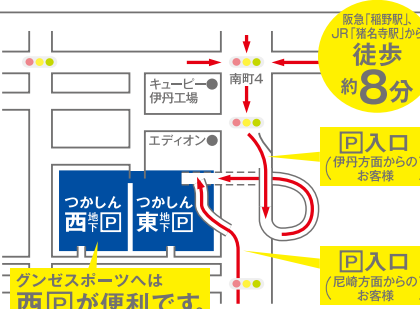
運動療法 コースの ご案内

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。



グンゼタウンセンターつかしん内



スタート応援🎉キャンペーン

6ヶ月間の月会費が

お試しプラン 8,800円/月 (税込)

10/30^①
まで

スタート応援🎉キャンペーン

運動初心者の方も安心♪

お手軽な月会費で気軽に始められるプランを
期間限定募集!

お試し
プラン

6ヶ月間の月会費が

8,800円/月 (税込)

※別途会員登録料5,500円(税込)が必要となります。※お試しプランは6ヶ月間限定です。期間終了後はベーシックプラン(プログラムオプション付き)に自動移行となります。

※入会から6ヶ月間が安心サポート期間です。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。

お試しプランなら
6ヶ月

プログラム受け放題!

(スタジオ・ジム・プール)



GUNZE Town Center
TSUKASHIN

GUNZE
SPORTS

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**

www.gunzesports.com

グンゼスポーツ

検索

営業
時間

平日

10:00~22:00

土日祝

10:00~18:00

※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。

休館日

月末最終日

ご入会方法



① こちらから
お申込みください

お申込み完了後、店頭にて
下記手続きをお願いいたします。

- ・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

運動療法 コースの ご案内

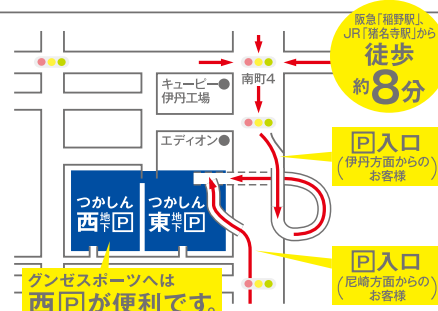
グンゼスポーツつかしんは 指定運動療法施設です。

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。



グンゼタウンセンターつかしん内



阪急「福野駅」
JR「猪名寺駅」から
徒歩
約8分

② 出入口
(伊丹方面から)
お客様

③ 出入口
(尼崎方面から)
お客様



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