

はじめての人も、  
もう一度の人も。

# カラダ応援 体験コース

＼スグ入会もお得に！／

## カラダ応援 スタートプラン

11/30(水)まで

※記載の金額は全て税込価格です。  
※本料金はキャンペーン特別価格となっております。

はじめての  
2ヶ月

(税込)  
**980円/月**

さらに

会員登録料 **無料**  
通常5,500円(税込)を

ワンコイン  
(500円)

### 体験実施

無料見学も実施中！

カラダ  
カウンセリング

### 無料

体成分測定による  
カラダのバランスチェック後、**カウンセリングシートをプレゼント！**

＼スポーツクラブが初めてのあなたに！／



入会前に、1日だけのお手軽体験。

### 1DAY トライアル



これを読めば、はじめてでも安心。

### グンゼスポーツ はじめてガイド



# グンゼスポーツ はびきの

TEL.072-937-3315

WEB入会24時間受付中！

www.gunzesports.com

グンゼスポーツ

検索



# カラダ応援 体験コース \ スペシャルイベント開催 /

※時間はプログラムやトレーニング実施時間を記載しています(ご案内・更衣・自由利用時間は除いています)。ご利用日はプログラム開始の30分前に受付にお越しください。  
 ※おすすめコースの曜日・時間のご都合がつかない場合は、ご利用いただける曜日・時間を優先し他のコースを選択していただいても構いません。



## ココロオドルコース

話題のエクササイズやリアルならではのエンタメ体験！  
 わいわいみんなで盛り上がりましょう。

<b>火曜日</b> エナジームーブ ↓ ストレッチ ↓ 10:30~12:00 お風呂&サウナ	<b>木曜日</b> ファンムーブ ↓ マシントレーニング ↓ 10:30~12:00 お風呂&サウナ	<b>土曜日</b> ZUMBA ↓ ストレッチ ↓ 12:30~14:15 お風呂&サウナ
--	---	--



## ブレイクスルーコース

キツくて楽しいトレーニングで大量発汗間違いなし！  
 ストレス発散にも◎

<b>火曜日</b> マナフラ ↓ マシントレーニング ↓ 13:30~15:30 お風呂&サウナ	<b>水曜日</b> 35min昇 ↓ ランニングロード ↓ 18:00~19:30 お風呂&サウナ	<b>日曜日</b> エナジームーブ ↓ マシントレーニング ↓ 15:00~17:00 お風呂&サウナ
---	--	--



## ゆるコンディショニングコース

ココロとカラダのめぐりを調べてキレイ&健康に！  
 まずはじっくり土台づくりからはじめます。

<b>水曜日</b> 季節のヨガ ↓ 有酸素系マシン ↓ 9:45~11:30 お風呂&サウナ	<b>金曜日</b> ストレッチ ↓ 有酸素系マシン ↓ 13:00~14:45 お風呂&サウナ	<b>日曜日</b> 綺麗になるヨガ ↓ マシントレーニング ↓ 16:00~17:45 お風呂&サウナ
---	--	--



## エナジー燃焼コース

みんなで、セルフで、目標達成して完全燃焼！  
 効率よく運動習慣を身につけるきっかけに。

<b>水曜日</b> オリジナルムーブ ↓ 有酸素系マシン ↓ 11:35~13:30 お風呂&サウナ	<b>木曜日</b> エナジームーブ ↓ 有酸素系マシン ↓ 17:00~18:45 お風呂&サウナ	<b>金曜日</b> ファンムーブ ↓ 有酸素系マシン ↓ 12:00~13:45 お風呂&サウナ
---	--	---



## ヘルスコントロールコース

毎日をたのしく、心地よく過ごすために  
 ムリのない運動を体験してみませんか？

<b>水曜日</b> 季節のヨガ ↓ お風呂&サウナ 9:45~11:15	<b>木曜日</b> カラダ調整体操 ↓ お風呂&サウナ 9:30~11:00	<b>土曜日</b> ヨガ&ピラティス ↓ お風呂&サウナ 9:30~11:00
---	---	--

あなたにぴったりの運動メニューが見つかる

**おすすめ!**

**体験プログラム診断**

詳しくはこちら!

体験利用お申し込みはこちら

**1DAY トライアル**

### ご入会方法 下記のものをご用意の上、フロントにてお申し込み下さい。

- 1 会員登録料 5,500円[税込] → 0円**
- 2 2ヶ月分の月会費**
- 3 金融機関のキャッシュカード**  
※銀行またはゆうちょ銀行  
 ※3ヶ月目よりお取引口座より自動振替とさせていただきます。
- 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。
- 5 お届印・認印**  
※学生会員は25歳までの学生の方が対象となります。  
 学生会員希望の方は学生証を持参願います。  
 ※初回お支払い時はクレジットカードもご利用いただけます。

当クラブの詳しい取り組みはこちら!

**安心安全の取り組み**

## GUNZE SPORTS ゴンゼスポーツ はびきの

〒583-0885 羽曳野市南恵我之荘4丁目237-4 (はびきのコロセアム内)

お申し込み・お問い合わせは **TEL.072-937-3315**

営業時間	火~金	9:00~20:00 (入会受付10:00~19:00)	休館日	毎週月曜日
	土	9:00~19:00 (入会受付10:00~18:00)		(月曜日が祝祭日のときは翌日)
	日祝			

ゴンゼスポーツ

キャッシュカード1枚で  
 口座振替の手続きができます。

**pay-easy ペイジー導入**

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なります。  
 ※一部取り扱いできない金融機関がございます。

松原IC 近鉄南大阪線 高麗 近鉄南大塚線 高麗 恵我ノ荘 郡部大塚線 野交差点 美原ロータリー 至和歌山 至界

羽曳野市 無料巡回バスが停車します。

「屋根付き」自転車駐輪場あり

お車での利用にとっても便利です! 駐車場完備 **250台** 2時間まで無料!

はびきのコロセアム 2F