

はじめての人も、
もう一度の人も。

カラダ応援 体験コース

ワンコイン
(500円) \ 体験実施 /

好きな曜日・時間に、いつでも体験!

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。

Gunze Sports
はじめてガイド



\ スグ入会もお得に! /
**カラダ応援
スタートプラン**

12/14(※)まで

はじめての
2ヶ月 **980円/月** (税込)

さらに

会員登録料
通常5,500円(税込)を

無料

※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。



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。

月曜日 OXIGENO con salsa 19:15~20:50	木曜日 MEGA DANZ X55 19:30~21:20	火曜日 エナジームーブ MAGA DANZ FIGHT DO 12:00~15:00
---	---	---



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◎

水曜日 FIGHTDO ファンムーブ UBOUND 19:10~21:50	木曜日 フリースタイルダンス ZUMBA 14:15~16:00	日曜日 シンプルムーブ FIGHT DO UBOUND 11:15~14:10
--	--	--



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。

水曜日 35min.昇 背骨コンディショニング フィットネスパワーヨガ 10:00~12:30	月曜日 姿勢改善体操 OXIGENO 11:05~12:50	土曜日 ステップ コンディショニング コンディショニング ボール 10:00~12:00
--	--	--



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。

月曜日 RADICAL POWER フィットネスパワーヨガ サウナ 19:10~21:30	火曜日 ZUMBA RADICAL POWER 19:15~21:15	土曜日 機能改善チューブトレーニング ボクシングエクササイズ RADICAL POWER 11:15~14:00
--	---	---



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？

火曜日 カラダ調整体操 ピラティスシェイプ 9:55~11:40	木曜日 肩こり腰痛すっきりリズムヨガ 背骨コンディショニング バレエストレッチ 10:05~13:10	土曜日 ボール&ストレッチ 姿勢改善体操 13:25~15:20
--	--	--

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

GUNZE SPORTS **ガンゼスポーツ 西明石**
〒673-0041 明石市西明石南町3丁目4-52
TEL.078-929-5671

営業時間	平日	9:30~22:30 (入会受付10:30~20:30)
	土	9:30~20:00 (入会受付10:30~18:00)
	日祝	9:30~20:00 (入会受付10:30~18:00)
休館日	毎週金曜日 ※年末年始や施設点検日など臨時休館日あり。	

Web入会予約24時間受付中!

www.gunzesports.com

お手続きには、
下記の3つをご持参ください。
★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。

- 2ヶ月分の月会費
- 通帳とお届け印
(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。
- 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。

キャッシュカード1枚で口座振替の手続きができます。



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。

