

ジブズ アツアツデート

しよう。

今年こそ、わたしに合った

運動習慣。

／ ご来館の方へ ／

先着100名様

「開運BOXティッシュ」
プレゼント!

※ご来館の上アンケート(お名前・連絡先)にお答えいただいた方に
お一人様1個プレゼント(Gunzeスポーツに入会いただいてない方対象)。



見学・体験
随時受付中!

ぜひお気軽に
ご来館ください

／ おトクに始められる今がチャンス! ／

2023 入会キャンペーン

1/31
まで

会員登録料 **無料**
通常5,500円を

※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。
※本キャンペーン適用には、休会を除く3ヶ月間の継続が必要となります。

&

水素水飲み放題
(専用ボトルプレゼント!)

2ヶ月間
無料



女性専用エリア
リニューアル
オープン!

女性の方にもっと快適に
過ごしていただくために
セルフエステ&女性専用
ジムエリアが新設!

▶詳しくは
Gunzeスポーツ
川西HPまで



脱、運動不足ボディ

- ☑ すぐに疲れる
- ☑ 長年運動してない
- ☑ 家にいることがほとんど



なまり解消

ランニングマシン

まずはゆっくりとしたスピードでウォーミングアップ。
自分のペースで走れるので、運動初心者にもオススメ。

+

ラットプルマシン (背中)

運動習慣がない人は、体全体が固まりがち。
最初は軽い重さで背中を動かし血行を促しましょう。

メリハリ美ボディ

- ☑ 体型にメリハリがない
- ☑ 自分に自信を持ちたい
- ☑ 筋肉のついた体に憧れる



気になるパーツに集中アプローチ

アブドミナルクランチ (腹筋)

椅子に座った状態で腹筋ができるマシン。集中的に腹直筋を刺激できるので腹筋を割りたいならこれ。

+

レッグプレスマシン (脚&臀部)

お尻や脚の大きな筋肉を集中して刺激します。
きれいな下半身づくりと全身の代謝アップにオススメ。

健康長寿ボディ

- ☑ 素早い動作が苦手
- ☑ 腰痛・肩こりがひどい
- ☑ 姿勢が悪くなってきた



アンチエイジング

バイクトレーニング

長時間漕いでも疲れにくく、体への負荷が少ないのが特徴。
効率的に体脂肪燃焼にアプローチできるのでダイエットにも◎

+

レッグエクステンションマシン (脚)

脚の大きな筋肉を刺激し脚力強化を目指します。
「自分の脚で歩ける体作り」の基本から行いましょう。

キブンによって選べる豊富なラインナップ おすすめプログラム

熱くなる Heat up

無心でココロと脂肪を燃やせ！
激しめの有酸素運動で体脂肪と一緒にココロのモヤモヤにもサヨナラ！
心身ともにキープポジティブ！



Pick up 格闘技プログラム

格闘技の動きを元にした有酸素運動プログラム。
カッコいいキレのある動きで脂肪燃焼&ストレス発散に。

楽しむ Exciting

フィットネス×エンタメ体験。
運動習慣も面白さがなければ続きません。
日常にはない刺激的な体験で思わず笑顔になるワークアウトを！



Pick up ダンスプログラム

様々な種類のダンスをベースに、リズムに乗りながら全身エクササイズ。おとなのカルチャーレッスンとしてもオススメ。

調える Care & Relax

カラダのリズムを調えて心地よく。
忙しい毎日の中で小さな不調はたまりがち。
こまめなメンテナンスを心がけて
疲れ知らずのベストコンディションに。



Pick up ヨガプログラム

呼吸とポーズを組み合わせ、心身のバランスを調えるプログラム。
リラックスやボディメイクなど目的に応じた様々なメニューをご用意。

さらに詳しい情報はHPを今すぐチェック



1DAY トライアル

体験利用お申し込みはこちら



無料で見学できます！

営業時間	火~金	9:00~22:00 (入会受付10:00~20:00)
	土・日・祝	9:00~18:00 (入会受付10:00~16:00)
休館日	毎週月曜日	

GUNZE SPORTS **ガンゼスポーツ 川西**
〒666-0016 川西市中央町7-18 ラ・グランデ4・5F
TEL.072-755-3119

Web入会予約 24時間受付中！
お店の情報はこちらから！
www.gunzesports.com
ガンゼスポーツ 検索

お手続きには、下記の4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。※ご入会受付時に写真撮影を行います。

- 1 会員登録料 5,500円【税込】
※対象は新規ご入会の方に限りです。 **今なら0円!**
- 2 2ヶ月分の月会費
- 3 ご本人確認書類
運転免許証・健康保険証・パスポート・在留カードなど、「氏名」「住所」「生年月日」のご本人確認が出来る証明書をお持ちください。
- 4 金融機関のキャッシュカード・お届け印・認印
※銀行またはゆうちょ銀行 ※ご入会後3ヶ月以降はお取引口座より自動振替とさせていただきます。

安心・納得のシステム導入!! 万一、ご満足いただけない場合は、会費を全額お返しいたします。契約開始日から**8日以内**であれば契約解除が可能です。

有資格者(柔整師・鍼灸師など)がサポート。 **診療内容** 整骨・はり・灸など
gunze health care office joy plus TEL.072-756-8228 各種保険取り扱い可
ガ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
gunze 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。 **pay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き落としとなります。※一部取り扱いできない金融機関がございます。

阪急川西能勢口駅から **30秒!!**

- ◎ 阪急梅田駅より約20分
- ◎ 阪急宝塚線 宝塚駅より約12分
- ◎ 能勢電鉄 日生中央駅より約20分

川西能勢口駅北隣、グレイの大きなビルが目印です。

お車でのご利用がグッと便利になりました。 当ビル(ラ・グランデ)地下駐車場をご利用いただけます。(駐車料金/1時間100円)
ハイルーフ車も大丈夫!! (高さ1.78mまで)