

¥4,000分相当プレゼント!

朝活  
はじめました!

7:00 OPEN

キッズ教室  
始めました!

理想のボディライン作り

応援キャンペーン

Chance1

入会金  
55,000円(税込)  
無料

Chance2

月会費  
8月・9月  
半額サービス

Chance3

水素水  
8月・9月・10月  
1,100円(税込) / 月×3ヵ月  
無料

さらに!  
水素水  
専用ボトル  
プレゼント

先着  
50名様  
限定

体験・見学当日に  
ご入会いただくと...

さらに!

10月も  
月会費  
半額

※1...無料体験は、おひとり様1回限りとなります。※2...6ヵ月の継続が条件となります。プレミアム会員は対象外です。

POINT 01

地域最大級!  
寝転び岩盤浴も  
できる

岩盤ホット  
スタジオ

POINT 02

初心者から  
エキスパートまで  
自分に合わせて選べる

スタジオ  
プログラム

POINT 03

スパやサウナ  
リラクゼーションルーム  
カフェなど

施設充実

POINT 04

ウェア・パンツ・タオル・  
シューズをレンタル  
できるから ※有料

手ぶらで  
通える!

無料体験  
までの流れ

①telまたはwebで  
申し込み

②スタッフからの連絡で  
予約完了

③体験当日 手ぶらでLet's GO!  
ウェア・タオル・シューズ無料貸出

TELまたはWebで  
今すぐご予約を



TEL.027-353-5678

| 会 員        | 月会費           | メモリード会員、<br>メモリード東京(ぐんかん)会員、<br>ライムメンバーズ会員、<br>上毛共済にご加入の方 | 利用時間                                                                                           | スパ | ジム | スタジオ | 岩盤<br>ホット | カルチャー | ゴルフ | 卓球 | カラオケ | ゲーム<br>ルーム | レンタル<br>ウェア・シューズ | タオル | 食事 |
|------------|---------------|-----------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|----|----|------|-----------|-------|-----|----|------|------------|------------------|-----|----|
| プレミアム会員    | ¥38,500/月(税込) | ¥36,300/月(税込)                                             | フルタイム                                                                                          | ●  | ●  | ●    | ●         | ●     | ●   | ●  | ●    | ●          | ●                | ●   | ●  |
| グラン会員      | ¥17,600/月(税込) | ¥15,400/月(税込)                                             | フルタイム                                                                                          | ●  | ●  | ●    | ●         | ●     | ●   | ●  | ●    | ●          | ●                | ●   | ×  |
| フィットネス会員   | ¥9,900/月(税込)  | ¥8,800/月(税込)                                              | フルタイム                                                                                          | ●  | ●  | ●    | ●         | ●     | ●   | ●  | ●    | ●          | ×                | ×   | ×  |
| ホット会員      | ¥7,700/月(税込)  | —                                                         | フルタイム                                                                                          | ●  | ×  | ×    | ●         | ×     | ×   | ×  | ×    | ×          | ×                | ×   | ×  |
| ナイト会員      | ¥6,600/月(税込)  | —                                                         | 17:30~CLOSE                                                                                    | ●  | ●  | ●    | ●         | ×     | ×   | ×  | ×    | ×          | ×                | ×   | ×  |
| 平日デイ会員     | ¥6,600/月(税込)  | —                                                         | OPEN~17:00                                                                                     | ●  | ●  | ●    | ●         | ×     | ×   | ×  | ×    | ×          | ×                | ×   | ×  |
| キッズ1教室(4回) | ¥6,900/月(税込)  | —                                                         | キッズ教室：木曜クラス 16:30~17:30 土曜クラス 10:30~11:30<br>キッズ教室：土曜クラス 9:20~10:20<br>キッズ教室：日曜クラス 10:00~11:00 |    |    |      |           |       |     |    |      |            |                  |     |    |
| キッズ2教室(8回) | ¥10,900/月(税込) | —                                                         |                                                                                                |    |    |      |           |       |     |    |      |            |                  |     |    |

キッズ入会特典!!

お子様と一緒にご家族の方も入会するとお得!それぞれの月会費が1,000円(税込)割引に!

※メモリード会員、メモリード東京(ぐんかん)会員、ライムメンバーズ会員、上毛共済にご加入の方は割引の併用が可能です。

営業時間 平日 7:00 » 23:00 / 土曜 7:00 » 21:00 / 日・祝日 7:00 » 20:00

体組成測定(月1回)全会員 無料!

入会手続きにお持ちいただくもの

※入会手続きの時に会員カード用の  
写真撮影(上半身)を行います。

入会金  
通常55,000円(税込)▶  
0円

登録料  
3,300円(税込)

月会費  
1ヵ月分

銀行またはゆうちょ銀行の  
キャッシュカード

ご本人確認  
証明書

運転免許証、保険証、パスポート  
などの本人確認ができるもの





GRAN CLUB  
takasaki

あなたに合ったプランがきっと見つかる／

# 運動初心者が楽しめる やさしい会員制複合施設

充実した  
スタジオプログラム  
月間**400本**  
以上!!

## 8月プログラムスケジュール(完全予約制) ※ホットレッスンには女性限定プログラムがあります。

| 月 曜     |          | 火 曜         | 水 曜        |            | 木 曜       |              | 金 曜       |            | 土 曜             |          | 日 曜                        |               |       |
|---------|----------|-------------|------------|------------|-----------|--------------|-----------|------------|-----------------|----------|----------------------------|---------------|-------|
| メインスタジオ | ホットスタジオ  |             | メインスタジオ    | ホットスタジオ    | メインスタジオ   | ホットスタジオ      | メインスタジオ   | ホットスタジオ    | メインスタジオ         | ホットスタジオ  | メインスタジオ                    | ホットスタジオ       |       |
| 9:00    | 岩盤浴      | 休<br>館<br>日 | 岩盤浴        | 岩盤浴        | 岩盤浴       | 岩盤浴          | 岩盤浴       | 岩盤浴        | 岩盤浴             | 岩盤浴      | 岩盤浴                        | 岩盤浴           | 9:00  |
| 10:00   | アロマストレッチ |             | ズンバ        | リンパマッサージヨガ | やさしいエアロ   | ホットヨガ        | 太極拳       | やさしいピラティス  | NEW 選替わり30分レッスン | ホットヨガ    | バランスコーディネーション              | 骨盤ストレッチ       | 10:00 |
| 11:00   | 歪みを整えるヨガ |             |            | やさしいヨガ     | ながれるヨガ    | やさしいヨガ       |           | ホットヨガ      |                 | ホットヨガ    | リトモス                       | パワーストレッチ      | 11:00 |
| 12:00   | アールサーティ  |             | ピラティス      |            | たのしいフラ    | ヒップトレーニング    | アロマヨガ     | 岩盤浴        | リトモス            |          | 高桑空手塾                      |               | 12:00 |
| 13:00   | ズンバ      |             | バレトン       | リラックスヨガ    | ズンバ       | デトックスヨガ      | ズンバ       | 全身バランス調整ヨガ | アールサーティ         | ホットヨガ    | ボールdeコアトレ                  | ホットヨガ         | 13:00 |
| 14:00   | 太極拳      |             | ベリーダンス     | ボールdeコアトレ  | ゆるムーブ     | ピラティス        | たのしいエアロ   | スタイルアップヨガ  | やさしいエアロ         | リフレッシュヨガ |                            | やさしいヨガ        | 14:00 |
| 15:00   | 姿勢改善ヨガ   |             | チャレンジエアロ   | ホットヨガ      |           | 岩盤浴          | アノミック骨盤ヨガ | 整体ヨガ       | 天空大河～煌夜匠～       |          | やさしいヨガ                     | NEW デトックスヨガ   | 15:00 |
| 16:00   | 岩盤浴      |             | NEW リトモス   | 岩盤浴        |           | 岩盤浴          |           |            | かんたんボクシング       | やさしいヨガ   | NEW Light Weight!! 牛崎式ゆるトレ | NEW 睡眠の質を促すヨガ | 16:00 |
| 17:00   | ハワイアンフラ  |             |            | 岩盤浴        | 天空大河～煌夜匠～ | ホットヨガ        | リージャム     | ホットヨガ      |                 | ピラティス    |                            | 岩盤浴           | 17:00 |
| 18:00   | リトモス     |             | メガダンス      | リラックスヨガ    | 体幹デトックスヨガ | リンパマッサージと陰ヨガ | ズンバ       | コアトレ       |                 | 岩盤浴      |                            |               | 18:00 |
| 19:00   | グループパワー  |             | ストロングネーション | ホットヨガ      | グループパワー   | ホットヨガ        | アールサーティ   | 歪み解消ヨガ     |                 |          |                            |               | 19:00 |
| 20:00   | リラックスヨガ  |             |            | 岩盤浴        |           | 岩盤浴          |           | 全身スッキリヨガ   |                 |          |                            |               | 20:00 |
| 21:00   | 岩盤浴      |             |            | 岩盤浴        |           | 岩盤浴          |           |            |                 |          |                            |               | 21:00 |
| 22:00   |          |             |            | 岩盤浴        |           | 岩盤浴          |           |            |                 |          |                            |               | 22:00 |

■ ヨガ、ピラティス ■ 岩盤浴 ■ 筋トレ・燃焼系

■ ストレッチ・有酸素系 ■ ダンス ■ 女性限定

■ エアロビクス ■ 男性参加可能

### 新設 5階サブスタジオ(常温)特別プログラム

| 月 曜                           | 火 曜         | 水 曜                    | 木 曜                         | 金 曜                    | 土 曜                 | 日 曜                 |
|-------------------------------|-------------|------------------------|-----------------------------|------------------------|---------------------|---------------------|
| 10:00 - 10:45 ズンバ             | 休<br>館<br>日 | 10:00 - 10:45 骨盤調整ヨガ   | 10:00 - 10:45 やさしいバレエ       | 10:00 - 10:45 お腹引き締めヨガ | 9:20 - 10:20 キッズ教室  | 10:00 - 11:00 キッズ教室 |
| 11:15 - 12:00 やさしいバレエ         |             | 11:00 - 11:45 リフレッシュヨガ | 11:15 - 12:00 エンジョイフラ       | 12:00 - 12:45 ズンバゴールド  | 10:30 - 11:30 キッズ教室 |                     |
| 15:00 - 15:45 ズンバ             |             | 12:00 - 12:45 ストレス解消ヨガ | 12:45 - 13:30 ズンバゴールド       | 15:00 - 15:45 ボディメイクヨガ |                     |                     |
| NEW 16:15 - 17:00 ボディメンテナンスヨガ |             |                        | 14:30 - 15:15 ストレッチボール&ヨガトレ |                        |                     |                     |
| NEW 19:15 - 20:00 肩こり・腰痛解消ヨガ  |             |                        | 16:30 - 17:30 キッズ教室         |                        |                     |                     |

※プログラム詳細はHPよりご確認下さい。※プログラムの内容は予告なく変更となる場合があります。

### コロナウイルス対策について

グランクラブでは、会員の皆様安心して安全にご利用頂けるよう新型コロナウイルス感染予防の取り組みとして次のような対策を実施しております。

1. 館内の**オゾン除菌消毒・空気清浄機**の設置  
(プラスマクラスター)



2. ジムエリアマシンの**ビニールカーテン**設置



3. 館内利用時は**マスク**の着用



4. 入館時の**健康チェック・検温**実施



次世代型フィットネス&スパ **グランクラブ 高崎**

TEL.027-353-5678 高崎市上大類町910-4  
【駐車場完備】

【営業時間】 平日 7:00～23:00 ※日・祝日は20時、土曜は21時閉館となります。【休館日】 毎週火曜日、施設点検日、年末年始

**WEB入会**でエステ券 **¥4,000** 分相当プレゼント!  
グランクラブ高崎 <https://gran-club.com> **今がチャンス**

360° **パノラマVIEW**でWEB見学!

