

# グランクラブ高崎で 楽しい時を過ごす。 気の合う仲間ができる。

ご好評の声多数！ あなたも一緒に第二の人生を謳歌しませんか？



Q. グランクラブの魅力を教えてください。

A. 運動だけではなく、カルチャーも楽しめるところが魅力ですね。ホットヨガやカラオケが楽しみで毎週3~4回は利用しています。仕事を現役でしていた時は、夫婦の時間が中々とれなかったのですが、定年後に二人で楽しめる時間をココで作ることができました。

会員 大山様ご夫婦



Q. グランクラブでは主にどのようにして過ごしていますか？

A. 年齢的に過酷な運動よりも機械歩行や岩盤浴を楽しむことが日課です。週3日位の利用を継続したら体重も若干減り、血液検査による健康数値も改善しつつあります。帰りの入浴で同世代の皆様と冗談を交わしながら日頃の情報交換することも気持ちが落ち着くところです。

会員 小出様



Q. 今後、グランクラブで何を楽しみたいですか？

A. グランクラブに入ってから、新しい友達ができて、卓球が趣味になりました。今年はみんなで卓球大会に出場します！！

会員 I様 K様 K様

## サークル活動で仲間ができる！



マラソン  
サークルの  
皆さん

毎週日曜日は、モーニングランをしています！  
サークルメンバーみんなで、群馬県民マラソンにも参加しました。



卓球  
サークルの  
皆さん

月に二回、第一・第三日曜日は卓球交流会で世代を超えてみんなで楽しんでいます。

## スポーツジムだけじゃない！使い方、遊び方いろいろの複合施設！



その他にもスパ・ビューティー・リラクゼーションなど多種多様にご用意！

**G GRAN CLUB**  
takasaki グランクラブ高崎

〒370-0031  
高崎市上大類町910-4  
[駐車場完備]

TEL.027-353-5678

詳しくは  
WEBへ



【営業時間】平日 9:00~22:00／土・日・祝 9:00~20:00  
【休館日】毎週火曜日、施設点検日、年末年始 AED設置店