

スロトレ×エステでアンチエイジング！

11・12月限定『美ホルモン・マイナス5歳若返りプラン』

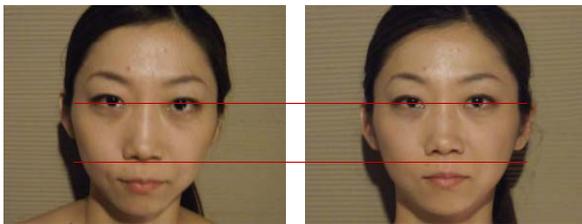
～女性専用フィットネスクラブ「ボディリペア青山」～

株式会社BODYREPAIR（本社：東京都港区南青山3、代表取締役：小峰 哲士）が運営する、女性専用マンツーマンフィットネスクラブ「ボディリペア青山」では、会員以外の方に向けた2011年11月・12月の限定プログラムとして、トレーニングとエステを組み合わせたアンチエイジングプログラム『美ホルモン・マイナス5歳若返りプラン』を実施いたします。

『美ホルモン・マイナス5歳若返りプラン』は、トレーニングや運動経験の少ない非会員様に向けたアンチエイジングプログラムです。成長ホルモンを分泌させる「スロートレーニング」を中心とした90分間の筋肉トレーニングと、アンチエイジングに特化したボディとフェイシャルのエステを組み合わせた効果の高い若返りプログラムです。

“若返りホルモン”とも呼ばれる成長ホルモンは、細胞を活発化させ肌や髪の艶を整えるなど、アンチエイジング作用があると確認されています。若さを保つためには、定期的に成長ホルモンを分泌させることも重要となります。

リフトアップ（コラーゲンケア）1回施術



Before

After

■まずは、トレーニング

当プログラムのトレーニングでは、始めの45分間でゆっくりとした動作で筋肉に負荷をかける「スロートレーニング」と有酸素運動を行い、成長ホルモンの分泌を促します。その後、45分間をかけて入念にペアストレッチを行い、筋肉をしっかりとほぐしていきます。トレーニング中は、パーソナルトレーナーがマンツーマンでサポートするため、運動が苦手な方や初心者の方でも安心して取り組んで頂けます。

■スロトレの後は骨筋エステ！

トレーニングの後には、プロのエステティシャンによるトリートメントを受けていただきます。「骨筋マッサージ」では、骨と筋肉の間に溜まった老廃物を押し流すことにより肩を開き、デコルテラインを美しく整え、ピン！と張った若々しい背筋を取り戻します。

また、FDA認可マシンを使用した「リフトアップコース」では、リンパの流れを良くし老廃物を排出、顔全体にハリをだし、シワやたるみの改善を行います。どちらも1回の施術で効果を実感でき、見た目の印象が若返ります。その他、専門の栄養士が監修した「アンチエイジングに効くレシピ集」もお付けするので、日常の食事からもアンチエイジングを目指せます。

プログラム	内容	価格（税込）
『美ホルモン・ マイナス5歳若返りプラン』	<ul style="list-style-type: none"> ・トレーニング90分 8回 ・骨筋マッサージ 2回 ・リフトアップコース 1回 (コラーゲンケア) アンチエイジングに効くレシピ集付き	98,000円

開始時期：11月1日～12月30日

有効期限：開始日から30日間

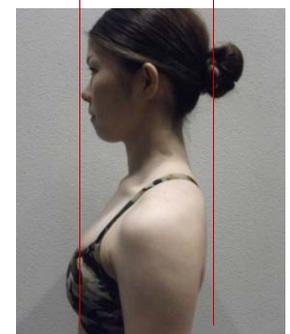
利用時間：10時～19時（10時枠～17時枠）

対象：会員以外の方

骨筋マッサージ 1回施術



Before



After

「内面の美はトレーニングから、外面の美はエステから」 女性の美を追求！エステを併設した女性専用フィットネスクラブ「ボディリペア青山」

■専用エステルームを併設、トレーニング後の疲労も解消！

「内面の美はトレーニングから、外面の美はエステから」との考えから、ボディリペア青山では専用のエステルームを備え、様々なエステサービスをご提供しています。フロントで簡単に予約が取り、トレーニング後はロッカールームからそのままエステルームへ入ることができます。トレーニング後の活性化している身体へのエステは特に効果的です。フェイシャルからフットケアまで、全身のケアを行えるためトレーニング後の疲労解消にも効果的です。

エステだけのご利用も可能で、非会員の方でもお気軽にご利用いただけます。

■スタッフは全て女性！プロエステティシャンも常駐

ボディリペアは、お客様だけでなくトレーナーやエステティシャン、フロントスタッフにいたるまで全てのスタッフが女性です。汗や化粧崩れ、服装など男性の目を気にすることなく、トレーニングに集中することができます。女性スタッフならではの、きめ細かいトレーニングのアドバイスも特徴です。「CIDESCOインターナショナル」・「エステティック協会認定」といった専門資格を持つエステティシャンが常駐しており、本格エステをお楽しみ頂けます。

■専門の管理栄養士がダイエットをサポート

お客様専用のカウンセリングカルテを作成し、施術の際の結果やアドバイスなどをお伝えするほか、専門の栄養士による日常生活の食事の摂り方などの栄養指導も行っています。また、筋肉・脂肪量の測定を行う「BOCA測定サービス」や「肥満遺伝子検査」もご用意しています。

ボディリペア青山では、「トレーニング」「エステ」「栄養指導」と3つの視点から女性の健康的なダイエットをサポートすることで、女性の美を追求しています。

■ボディリペア青山オリジナルの「スロートレーニング」

スロートレーニングとは、筋肉トレーニングの一種で、ゆっくりした動作で筋肉に負荷をかけ、遅筋と速筋を同時に鍛えるトレーニングです。通常のトレーニングと比べ、成長ホルモンが多く分泌されるため、脂肪が分解されやすく、基礎代謝が高まることで、太りにくい体質を導きます。肌の弾力を維持する働きもあるため、質の高いアンチエイジング効果をもたらします。

ボディリペア青山では、今話題のこのスロートレーニングを独自にアレンジし、女性のために効果&効率を最大限に高めたオリジナルのトレーニングを採用しています。トレーニング時間内はパーソナルトレーナーがマンツーマンでサポートするので、今までトレーニングが苦手な方も、安心して最後まで取り組んで頂けます。

トレーニングの他にも、エステや管理栄養士による日常生活での食事についてのカウンセリングや、独自のサブドリンクも販売しており、様々な女性のライフスタイルに合わせた「女性の美」を追求しています。



●トレーニング料金例

・レギュラー会員	入会金	31,500円	月会費：21,000円
・パーソナルトレーニング	1回券	3,150円	5回券 14,490円（チケット制）
・30日間集中ダイエット		50,400円	etc

●エステ料金例

・クイックボディケア	10分	1,200円	
・セルライト除去	1回35分	11,700円	
・骨筋マッサージ	1回50分	8,700円	
・小顔コース	1回60分	9,000円	
・Seaデトックス（全身）	1回90分	18,900円	
・ボディ集中9回コース		99,000円	etc

※エステは会員以外の方でもご利用可能です。なお、上記料金は会員価格（税込）です。

『ボディリペア青山』

電話 03-5474-3131
所在地 東京都港区南青山3-4-8 トレディカーサB1
アクセス 表参道駅8分・外苑前駅5分
営業時間 月～金 8：00～23：00 / 土日祝 10：00～20：00
休館日 第3金曜日・年末年始
※月によって異なる場合もございますのでHPでご確認下さい。
URL <http://www.bodyrepair.jp/>



ボディリペア青山 エントランス外観
外苑前駅から徒歩5分の落ち着いた立地で、
仕事帰りに気軽に寄れるのも魅力です。

<会社概要>

会社名 株式会社BODYREPAIR
住所 東京都港区南青山3-4-8 トレディカーサB1F
オープン 2005年3月
資本金 1,000万円
代表者 代表取締役 小峰 哲士
連絡先 TEL：03-5474-3131



メディア関係者に限り、無料での体験取材等もご対応させていただきます。
男性の体験取材も対応可能ですのでお気軽にお問合せ下さい。

【読者・視聴者からのお問合せ先】

ボディリペア青山
電話 03-5474-3131

【当リリースや取材に関するお問合せ先】

株式会社BODYREPAIR
広報事務局（カラース内）担当：猪狩（いかり）
ikari@colors-ag.co.jp
電話：03-6412-8721 FAX：03-6412-8261
<http://www.bodyrepair.jp/>