

# 女性専用フィットネスクラブ「ボディリペア青山」 7周年記念 ¥98,000のプログラムが無料に！ 「30日間集中ダイエット」無料モニターキャンペーン

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、オープン7周年を記念して、2012年1月よりダイエットプログラム「30日間集中ダイエット」を利用した、無料モニターキャンペーンを行います。

当キャンペーンは30歳以上の女性（会員を除く）であれば、どなたでもエントリー可能です。事前面談により5名の正式参加者を決定し、当クラブで実施している「30日間集中ダイエット」（¥98,000相当）を無料で受けていただきます。1ヶ月のプログラムの後、体重・体脂肪・筋肉量などを計測し、見事ダイエットに成功された方3名を表彰いたします。さらに当クラブの専属モデルとして、「ボディリペア青山」のWEBサイトやパンフレット等でもご登場いただけます。

「30日間集中ダイエット」は、安全で最大限の効果を実感できる、今話題の「スロートレーニング」を1ヶ月（計12回）の期間、集中的に行っていただくプログラムです。筋肉にじっくりと集中して負担をかける「スロートレーニング」は、短時間で効果的な筋力アップを実現します。通常のトレーニングよりも基礎代謝が高まることで、太りにくい体をつくります。専属トレーナーが個人に合わせたトレーニングプランを作成し、マンツーマンで最後までサポートするため、一人では諦めがちであったトレーニングも、最後まで続けていただくことができます。

さらにトレーニング期間には、セルライト除去やアロマオイルマッサージなど、エステ併設の「ボディリペア青山」ならではの特典もついています。

この機会に「ボディリペア青山」オリジナルの「スロートレーニング」の効果を実感して頂き、専属モデルとして、美しくデビューしてみてはいかがでしょうか。

## <「30日間集中ダイエット」無料モニターキャンペーン概要>

### ■プログラム内容

- ・BOCA（体組成測定） 全3回（初回、2週間後、4週間後）
- ・トレーニングメニュー作成
- ・スロートレーニング（約50分／1回） 全12回（週3回×4週分）
- ・食事改善指導（1回）：土佐百合子（管理栄養士）
- ・セルライト除去
- ・アロマオイルマッサージ

### ■トレーニング実施期間

2012年1月中旬～2月中旬までの平日14時～17時の時間

### ■応募資格

30歳以上の女性（会員を除く）

### ■エントリー締切

2011年12月29日（木）

### ■エントリー方法

下記、応募ページよりエントリーをして下さい。

<http://www.bodyrepair.jp/form/model.html>

エントリー後、随時事前面談を行い

正式参加者を決定いたします。



30日間集中ダイエット（98,000円相当）を無料体験！  
さらに入賞者はWEBサイトでも専属モデルとしてご登場！

**<30日間集中ダイエット> ビジター価格 : ¥98,000 (税込)  
会員価格 : ¥40,500 (税込)**

事前に身長・体重、体水分・タンパク質・骨量・体脂肪量・筋肉量など、部分ごとの身体状況を、BOCAと呼ばれる体組成測定で計測いたします。測定した結果をもとに、パーソナルトレーナーが個別のカウンセリングを行い、お客様のコンディションに合わせた30日間のスロートレーニングメニューを作成、一ヶ月の間マンツーマンでサポートいたします。

さらにリラクゼーション特典として、エステ併設の「ボディリペア青山」ならではのエステが無料で受けられます。



### **2週間終了後に「セルライト除去(35分コース)」を無料サービス**

当クラブのエステコースのオプションサービスの中で、最も人気が高い「セルライト除去」を体験できます。トレーニング開始から2週間後、適度に疲労・緊張した筋肉と共に、日々のストレス等による緊張もマッサージで取り除きます。



### **30日間達成で「アロマオイルマッサージ(30分コース)」を無料サービス**

西洋のリンパドレナージュという療法をベースに、東洋のツボ刺激を加えたマッサージを行います。血液とリンパの流れを促進し、代謝の促進や老廃物の排泄を促し、トレーニング後の身体をやさしくケアします。

## **女性のダイエットを実現する「ボディリペア青山」のトレーニング 3つの特徴**



### **■完全女性専用、スタッフも全て女性**

お客様だけでなく、受付スタッフも含めて全スタッフが女性のため、汗や化粧崩れ、服装など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アドバイスも特徴です。また、トレーニング機器は全て、女性用の一回り小さいサイズを使用しています。



### **■マンツーマンだから続く！パーソナルトレーナー制度**

ボディリペア青山では、パーソナルトレーナー制度（マンツーマン指導）を中心にサポートしています。気になる箇所や鍛えたい箇所を、担当トレーナーが事前に個別ヒアリングし、お客様にあった効果的なトレーニングメニューを提案します。1回50分間のトレーニング中は、トレーナーが付き添いでサポートするため、一人では諦めがちなトレーニングも続けて行うことができます。毎回異なるトレーニングメニューを用意するため、飽きることなく続けられます。もちろん、トレーナーをつけずに、お一人でご利用頂くことも可能です。



### **■本格的なスロートレーニング**

短時間で効果的に美しいカラダを手に入れていただくため、ボディリペア青山では、近年話題の「スロートレーニング」を女性専用にアレンジした、オリジナルのスロートレーニングとして採用しています。

弱い関節には余計な負荷をかけず、また、その日の体調を見ながらパーソナルトレーナーがお客様に合ったトレーニングメニューを作成します。

## ■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、成長モ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で諦めがちだった方でも、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、独自のサプリ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。



### 『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/>



### <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

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。



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（カラーズ内）担当：猪狩（いかり）

[ikari@colors-ag.co.jp](mailto:ikari@colors-ag.co.jp)

電話：03-6412-8721 FAX：03-6412-8261

<http://www.bodyrepair.jp/>

ボディリペア青山  
東京都港区南青山3-4-8 トレディカーサB1  
TEL : 03-5474-3131