

“女性限定”スロートレーニングのボディリペア青山

スロトレと痩身エステで輝く私に！

冬季限定ダイエット「冬痩せ30日間プログラム」を提供開始

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、女性専用パーソナルトレーニングジム「ボディリペア青山」では、2012年11月から12月までの期間、非会員の方を対象にスロートレーニングと痩身エステを組み合わせた、1ヶ月間のダイエットプログラム「冬痩せ30日間プログラム」を提供いたします。

「ボディリペア青山」はスロートレーニングを中心とした、完全女性限定のパーソナルトレーニングジムです。この度提供する「冬痩せ30日間プログラム」は、成長ホルモンの分泌を促すことで効率的なダイエットを実現する「スロートレーニング」と、今話題の最新式美容痩身機器「キャビフル」による痩身エステを組み合わせた、30日間のスペシャル痩身ダイエットプログラムです。

まずは体組織測定（BOCA）で身体全体のバランスをチェックし、個別カウンセリングを通してダイエットの目標設定と、達成のためのプランを作成いたします。そして1ヶ月間、スロートレーニングを中心としたトレーニングメニューを、パーソナルトレーナーがマンツーマンでフルサポートいたします。

エステでは、最新式美容痩身機器「キャビフル」を使用し、女性が気になるセルライトを分解し、脂肪燃焼を促します。

プログラムには、管理栄養士による個別カウンセリングも含まれており、太る原因を突き止め、太りにくい食生活や痩せるコツをアドバイスいたします。

毎年この時期になると体重が増えてしまう、という女性の方に特におすすめのプログラムです。



「冬痩せ30日間プログラム」

■料金	109,000円（税込）
■実施期間	初トレーニング日より30日間
■提供期間	2012年11月・12月
■申込み方法	下記WEBサイトよりお申ください http://www.bodyrepair.jp/

〈コース内容〉

・パーソナルトレーニング	12回
・痩身エステ（キャビフル）	4回
・体組織測定（BOCA）	3回
・栄養カウンセリング（管理栄養士）	1回

パーソナルトレーナーが
ダイエットの成功をサポート！



話題の美容痩身機器「キャビフル」

キャビフルは、キャビテーション（超音波エステ）とラジオ波が同時に施術できる、今話題の最新式美容痩身機器です。脂肪細胞に働きかける特定の周波数の超音波をあてることで、脂肪細胞やセルライトを減少させると同時に、ラジオ波（高周波）による深部温熱効果で脂肪燃焼を促進します。さらに、LEDライトが皮膚細胞を活性化し、美肌・引き締め効果をもたらします。

今までそれぞれ別の機器で施術していた、ラジオ波とキャビテーションが同時に施術できるため、短時間での効率的な施術が可能となりました。

■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、太りにくい体質へと導きます。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。

YouTubeでもトレーニング風景を公開中！
<http://www.youtube.com/user/BodyRepairAoyama>



«ボディリペア青山の特徴»

- スタッフも全て女性の完全女性限定施設
- パーソナルトレーナーによるマンツーマンサポート
- 専用エステルーム併設でトレーニング後の疲労もスッキリ解消

『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/>



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。

報道関係者の方に限り、無料体験取材等も対応可能です。
その他、取材協力等のお問合せなどお気軽にお問合せください。

【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

電話：03-6412-8721 FAX：03-6412-8261

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