

都心の大人のスパ施設 タイムズ スパ・レスタ

夏までに身体を引き締め！ダイエットやメタボ解消に！

パーソナルトレーニングとスパ利用をセットに「パーフェクトボディメソッド®」

東京都豊島区東池袋にある「Times SPA RESTA（タイムズ スパ・レスタ）」では、2017年4月4日より、新たに「パーフェクトボディメソッド®」とスパ利用などをパッケージにしたプランの提供をスタートしました。「パーフェクトボディメソッド®」とは、特にお腹周りの脂肪を落としたい方、体力をつけたい方におすすめの新しいトレーニングメソッドです。特に夏までに身体を引き締めたい人にはぴったりの内容です。「パーフェクトボディメソッド®」のパーソナルレッスン、スパ利用、お食事を合わせて継続的に利用してもらうことでダイエットやメタボ解消にも役立つと考え、お得な3回パックでご提案しています。

タイムズ スパ・レスタでは、よりいきいきと元気に過ごすための「ご自身による健康管理」を応援する「スパでセルフメディケーション」企画を2017年3月から始めました。今後も幅広いコンセプトで健康になるためのスパでの過ごし方やケア、普段の生活の中でいかにさせる情報や方法をご提案して参ります。

スパでセルフメディケーション

『パーフェクトボディメソッド®3回パック』

実施期間：2017年4月4日（火）～2017年5月31日（水）

- 内容：【パーフェクトボディメソッド®プライベートレッスン 60分
+入館+お食事券 1,200円分】×3回分
- レッスン内容：カウンセリング、レッスン、アフターフォロー
- 料金：36,000円（税込）

★パーフェクトボディメソッド®とは？

体幹トレーニング、ファンクショナルトレーニング、プライオメトリクス、ダイナミックストレッチ、ピラティス等を融合させ考えられた新しいトレーニングメソッドです。身体の機能を最大限に高めて、全身を効率よく短時間で引き締めます。

★こんな方におすすめ

- ・最近お腹周りがきつくなってきた
- ・下半身を引き締めたい
- ・疲れやすく、体力がないなと感じる
- ・スポーツのパフォーマンスをあげたい

※詳しくはこちら

<http://www.timesspa-resta.jp/campaign/camp01.html#02>

【タイムズ スパ・レスタ】<http://www.timesspa-resta.jp/>

タイムズ スパ・レスタは、東京初進出となる沖縄県・久米島の海洋深層水（海洋深層水濃縮ミネラル）を導入したスパをはじめ、露天風呂やサウナをはじめ、付帯施設としてタラソテラピーコスメブランド「フィトメール」のトリートメントサロン、豊富なボディケアメニューをご用意している「忘我（ぼうが）」、食材にこだわったレストラン、リラクゼーションなどが充実した「都心の大人のスパ施設」です。



※画像はすべてイメージです。

【所在地】

住所：東京都豊島区東池袋 4-25-9 タイムズステーション池袋 10階～12階 受付 11階

電話：03-5979-8924 URL：<http://www.timesspa-resta.jp/> 営業時間：11：30～翌9：00

【問合せ先】タイムズ スパ・レスタ 担当：近藤 メール：pr@times24.co.jp

※表記の内容は予告なく変更する場合がございます。予めご了承下さい。表記の金額は全て税込です。