

<報道関係各位>

2009年1月30日

## パワープレート®が DOCTOR PLUS+と提携 自宅へパーソナルトレーナー派遣サービスを開始

株式会社プロティア・ジャパン（代表取締役社長：戸澤明子、東京都中央区）は、同社が日本の総代理店を務めている加速度トレーニングマシン「パワープレート®」によるトレーニングを推進しております。この度、株式会社 DoctorPlus（代表取締役社長：湯本優、東京都千代田区）と提携し、パワープレート購入者を対象に自宅にパーソナルトレーナーを派遣するサービスを開始いたしました。

08年9月にパワープレートの家庭用モデル「my5」「my3」を発売以来、多くのお客様にパワープレートをご購入いただいておりますが、自宅でのパワープレートトレーニングをより効果的に実践いただくために、パワープレートトレーニング専門のパーソナルトレーナーをお客様のご自宅に派遣するサービスを開始いたしました。このサービスは、かねてよりパーソナルトレーニングサービスの実績を持つ株式会社 DoctorPlus と提携して行うもので、お客様のご希望の日時にトレーナーがご自宅に伺い、お客様の目的・ご希望に応じて適切なパワープレートトレーニングを指導するサービスです。

### トレーナー直々の指導で、効果アップ！

パワープレートを使った加速度トレーニングでは、プレート上でとる姿勢や体勢によって、効果的に筋力へ振動を与えることができます。ポーズを少し変えるだけでも、短時間での血液循環の促進、筋力や柔軟性のアップ、可動域の増加、セルライトの減少、骨密度の増加など、その効果は違ってきます。トレーナーが直々に指導しますので、あなたに合わせたパワープレートのトレーニングメニューを組み立てることができます。

### パワープレートをもっと便利に！

毎日わずか10分弱の使用でも、パワープレートは身体へ効果を発揮します。スポーツトレーナーの指導のもと、パワープレートトレーニングによって多くのアスリートが成績を向上させています。筋力アップの他、日常的な健康維持、アンチエイジング、リハビリ、リラクゼーションなど、使い方も多彩なパワープレート。『DOCTOR PLUS+』で指導する専門知識をもったトレーナーが、あなたのパワープレートをもっと便利に、有効にします。

ご希望に合わせた日時に！

パワープレート HP の専用予約フォームで、お気軽にお申し込みいただけます。お申し込み後、担当者よりご連絡いたしますので、トレーニングの希望日時を確認しご自宅へ伺います。

URL: [http://power-plate.co.jp/trainercontact/trainercontact\\_info.html](http://power-plate.co.jp/trainercontact/trainercontact_info.html)

#### 【パワープレートパーソナルトレーナー料金】

トライアル: 31,500 円(90 分/1 回限り)

1 か月: 126,000 円(31,500 円/90 分×4 回)

※上記料金には、トレーナーの交通費は含んでおりません。

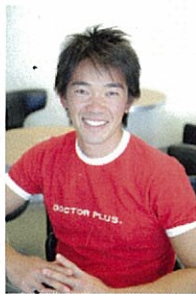
※トレーニング以外にも、下記オプションをご用意しております。

問診、聴診、心電図、血圧、血液検査、活性酸素、酸素飽和度、自律神経バランス、胸部 X 線 & CT(喫煙者のみ)。詳細につきましては、お気軽にお問い合わせください。

#### 【株式会社 DoctorPlus】

“医師免許を持つ現役アスリート”と“現役医師”が予防医学の観点から、スポーツを通じた心身共に健康的なライフスタイルをトータルサポートする企業。女性専用ランニング & パーソナルトレーニングスタジオ「DOCTOR PLUS+」を運営するほか、各種監修・コンサルティング、運動プログラムの開発など、多角的に健康をサポートするためのビジネスを展開している。

湯本 優: 株式会社 DoctorPlus 代表  
「X-TERRA」プロアスリート、スポーツ・メディカルアドバイザー



プロアスリートであり医師免許も持つ。15 歳からマウンテンバイク競技をはじめ、日本代表選手として活躍。その後、トライアスロンのオフロード版「X-TERRA」で3度日本チャンピオンを獲得。現在はアスリートとして活躍しながら、スポーツを通じた健康的なライフスタイルの普及を目標に、ドクター・アスリート両面の知識・経験を活かした健康サポートビジネスを展開している。順天堂大学医学部卒業。

[主な戦績]1995 年 MTB 世界選手権ジュニア代表、2000 年 MTB 世界選手権日本代表、2000 ~ 2007 年 X-TERRA 世界選手権日本代表(8 年連続)、X-TERRA Japan National Championship 2001, 2002, 2005 優勝、2004 準優勝、2003 年 X-TERRA 日本ランキング 1 位、2006 年 X-TERRA SAIPAN 準優勝

### 【パワープレートとは】

「パワープレート<sup>®</sup>」は、Acceleration Training<sup>™</sup>（加速度トレーニング）の効果を最大限に引き出すために、1999年にオランダで開発されたトレーニングマシンです。3次元の高速振動が重力加速度を人工的に増幅した状態で全身をバランス良く刺激し、身体を鍛えることができるのが最大の特徴。わずか15分間のトレーニングで、ジムでの1時間分の運動と同じ運動効果を得ることができるため、短い時間でも効果的な筋力トレーニングが可能です。健康的な身体の維持から、より高度な運動レベルを求めるトレーニングまで、それぞれの目的に合わせて使用することができ、その機能性の高さからアメリカ航空宇宙局（NASA）で宇宙飛行士のトレーニングや身体能力回復にも使用されています。2000年の発売以降、世界ですでに5万台が販売されており、欧米を中心にセレブやスポーツ愛好家、トップアスリートなどに多く愛用者がいます。また、数多くの医療機関でリハビリや振動セラピーなどにも活用されています。日本では2006年より販売を開始。2007年初頭よりいち早く鹿島アントラーズが「パワープレート」を導入し、選手のコンディション調整やフィジカルトレーニング、試合後の疲労回復などに活用しています。その結果、07年は見事リーグ戦と天皇杯を制し2冠を達成。08年もリーグ戦2連覇を達成し、オリヴェイラ監督より「パワープレートは12番目の選手」と称賛されています。

※Acceleration Training<sup>™</sup>: 運動時に、身体にかかる重力加速度を増すことにより、重いウェイトをもって質量を増やした場合と同様の運動効果を得ることができるという理論。振動が発生する「加速度」を利用すれば、過度な負荷をかけることなく身体を鍛えることができる。

### 【パワープレートの特徴】

- ・前後・左右・上下の3次元高速振動（1秒間に25～50回の振動）が、身体にかかる重力加速度を増幅させた状態で全身の筋肉をバランスよく刺激
- ・わずか1回15分で、ジム1時間分の運動量に匹敵する運動効果
- ・振動するプレート上でポージングするだけ。身体にかかる負荷が少なくトレーニングができる
- ・振動周波数の調整により、高齢者からトップアスリートまで、幅広く使用可能
- ・筋力トレーニングだけでなく、ストレッチやリラクゼーションなど、1台でさまざまに利用可能

### 【使用方法】

トレーニングは、36通りある基本ポーズから、目的に応じてポーズを組み合わせで行います。ポーズは「ストレングス（筋力強化）」「ストレッチ（筋肉を伸ばす）」「マッサージ（筋肉をほぐす）」「リラクゼーション」の4種類の目的に応じて設定されており、1ポーズあたり30～60秒で個人の筋力・体力に応じて振動周波数と併せて設定することができます。

ポージング例:



ストレンクス



ストレッチング



マッサージ



リラクゼーション

ロパワープレート製品仕様比較



| 製品名         | pro5 HP   | pro5 AIRDAPTIVE   | pro5        | my5   | my3         |
|-------------|---|---|-------------|---|-------------|
| 価格          | ¥1,995,000  | ¥1,890,000  | ¥1,680,000  | ¥840,000  | ¥577,500    |
| COLOR       | マットブラック   | シルバー  | シルバー        | シルバー、ブラック、ホワイト  | シルバー、ブラック   |
| 最大耐荷重       | 272kg   | 227kg   | 182kg       | 136kg   | 120kg       |
| 振動周波数       | 25-50HZ   | 25-50HZ   | 25-50HZ     | 30-40HZ   | 35HZ        |
| 振動周波数調整     | 1HZ毎  | 1HZ毎  | 1HZ毎        | 1HZ毎  | 3種のマットの厚みにて |
| 振幅切替        | Low/High  | Low/High  | Low/High    | Low/High  | Low/High    |
| 時間設定        | 30,45,60秒   | 30,45,60秒   | 30,45,60秒   | 30,60秒  | 30,60秒      |
| 本体サイズ       | 87×107×29cm   | 87×107×56cm   | 87×107×56cm | 68×150×90cm   | 65×157×82cm |
| プラットフォームサイズ | 84×84cm   | 84×84cm   | 84×84cm     | 69×59cm   | 64×39cm     |
| 本体重量        | 150kg   | 158kg   | 150kg       | 91kg  | 57kg        |
| 特色          | <ul style="list-style-type: none"> <li>・リモートコントロール機能</li> <li>・振動モーター出力20%増</li> <li>・AIRadaptive1 2 3</li> <li>1=～60kgまで(体重)</li> <li>2=60～90kg</li> <li>3=90kg以上</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・AIRadaptive1 2 3</li> <li>1=～60kgまで(体重)</li> <li>2=60～90kg</li> <li>3=90kg以上</li> </ul> |             | <ul style="list-style-type: none"> <li>・リモートコントロール機能</li> <li>・プリセットプログラム4種類</li> </ul> |             |

※上記金額は消費税、送料を含みます。ただし、沖縄および離島の場合は別途送料がかかります。

※参照:

- ・パレープレート®製品サイト: <http://power-plate.co.jp/>
- ・海外のパワープレート®関連映像が You Tube でご覧いただけます。  
<http://jp.youtube.com/>

□プロティア・ジャパン 会社概要

所在地：東京都中央区八重洲1丁目5番20号 石塚八重洲ビル9階

電話：03-3516-1500（代表） FAX：03-3516-1551

設立：1991年10月

資本金：5,000万円

代表者：代表取締役社長 戸澤明子

社員数：65名

事業内容：1.化粧品・美容機器・食品・健康食品の輸出入と国内販売  
2.美容機器、スポーツ機器、健康食品の販売

□オフィシャルスタジオ「エンビロンズ東京 パワープレートルーム」

所在地：東京都中央区八重洲1丁目5番20号 石塚八重洲ビル4階

営業時間：正午12時～午後8時（月～金）

定休日：土・日・祝日

電話：0120-799-411

本件に関するお問合せ先

株式会社プロティア・ジャパン マーケティング部 広報担当：副島（そえじま）幸

TEL:03-3516-1510 FAX:03-3516-1550

東京都中央区八重洲 1-5-20 石塚八重洲ビル 9F 〒103-0028

読者からの商品に関するお問い合わせ先

株式会社プロティア・ジャパン POWER PLATE CALL

TEL:03-3516-1658