

NEWS RELEASE

2017年12月1日
株式会社ラスイート

報道関係者各位

神戸みなと温泉 蓮 パーソナルトレーニングで憧れヒップを手に入れる美尻プログラム

厚生労働省認定 温泉利用型健康増進施設「神戸みなと温泉 蓮」(代表取締役：関 寛之 所在地：神戸市中央区)は、2017年12月1日(金)より、理想のヒップをマンツーマンのトレーニングで作る「美尻プログラム」を開始いたします。

【蓮ならではのメソッド】

蓮は、「温泉」「医療・福祉」「運動」「応急」などの専門資格を取得したスタッフが常駐し、効率よく安全に適切な運動プログラムの指導が受けられる、全国でも数少ない厚生労働省認定 温泉利用型健康増進施設。イタリアの最高級フィットネスマシンブランド「テクノジム」社の最高級ライン「ARTIS (アルティス)」で統一されたフィットネスジムで、有資格者がマンツーマンで丁寧に指導いたします。

【プログラムの特徴】

◆初回は体の状態のチェックからスタート。最新鋭の体成分分析装置「InBody (インボディ)」を使用し、筋肉量と体脂肪量のバランス、体脂肪の分布、筋肉はバランスよく発達しているかなど、人体成分の過不足をスタッフが一緒に確認します。

◆「程よく筋肉が付いた、丸みのあるキュッと上がった美尻を手に入れたい」などの目標に応じて、筋力や柔軟性に合わせた完全オーダーメイドプログラムでトレーニングを実施します。

◆全身の筋力、柔軟性、持久力をバランスよくトレーニングすることができる、画期的なマルチトレーニングマシン「KINESIS (キネシス)」を使用。自由な動きを可能にするケーブルと、3つのポジションのハンドグリップを使い分けることにより、200種類以上のエクササイズや、複数の筋肉トレーニングも可能です。

【プログラムの一例】

- 初回 現在の状態をチェックし、目的に応じたトレーニングプランの作成、目標達成にむけてのアドバイス
2回目 基本フォームを習得し、正しい動作で体を機能的に動かす
3回目 お尻の筋肉(大臀筋と中臀筋)、太ももの裏の筋肉(ハムストリングス)など部位別のトレーニング
4回目 さまざまな動きを組み合わせ、お尻の筋肉だけでなく複数の筋肉を意識したトレーニング
※5回以降のトレーニング継続も可能です。



【時間】 通年 10:00~21:00(要予約)

【場所】 [健康増進エリア] 1F フィットネスジム

【料金】 [日帰り・宿泊ゲスト] 4,500円、[健康増進メンバー] 4,000円(1レッスン30分あたり)

※フィットネスジムのご利用は18歳以上に限定させていただいております。高校生はご利用いただけません。

※表示料金に別途消費税を申し受けます。サービス料はいただいております。

【関連URL】 https://ren-onsen.jp/event/perfect_hip_program/

【お客様のお問い合わせ先】 神戸みなと温泉 蓮 TEL: 078-381-7000 (代表)

《本件に関するお問い合わせ》 株式会社ラスイート 企画広報営業部 畑・中川・呉
TEL: 078-381-9384 FAX: 078-381-7426 E-mail: press.release@l-s.jp

【神戸みなと温泉 蓮 概要】

施設名 : 「神戸みなと温泉 蓮」

所在地 : 神戸市中央区新港町 1-1 (鉄骨造地上 10 階建、高さ 42.3 メートル)

- ・ 1 階～ 3 階 : レストラン、ラウンジ、健康増進施設
- ・ 4 階～10 階 : 客室 (90 室)、展望大浴場、展望ラウンジ
- ・ 駐車場 : 280 台 (屋外)

敷地面積 : 約 27,479 平方メートル

開 業 : 平成 27 年 12 月 17 日



神戸の都心・ウォーターフロント 新港第一突堤用地において、神戸市の公募「新港第一突堤用地 借受人」(平成 24 年 6 月)により、平成 24 年 11 月に株式会社ラスイート(代表取締役社長:関 寛之)が事業者を選定され、「ラスイート神戸新港第一突堤プロジェクト」として開発を進め、平成 27 年 12 月 17 日(木)に宿泊棟「神戸みなと温泉 蓮」及び、コンベンション棟「ラ・スイート神戸オーシャンズガーデン」として開業いたしました。



神戸市の中心地、三宮からほど近く、都会とは思えない日本庭園や日本文化のしつらえが美しい館内。



全 90 室の客室は、全室オーシャンビューテラスを備えた 60㎡以上の広さを誇る。



異国情緒をたたえる街並みと、「みなと町神戸」を感じる至福のひとつとき。



宿泊者に限り体感できる絶景の展望大浴場は、雄大な眺望と開放感あふれるフロア。



露天大浴場は、「神戸みなと温泉」源泉かけ流しのお風呂のほか、足湯回廊や壺湯、棚湯がある。



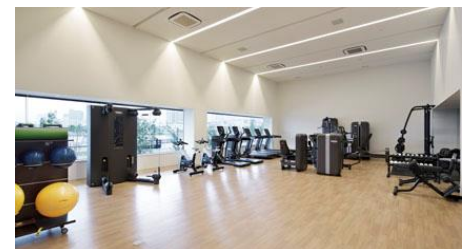
室内大浴場は、季節を感じる事ができる暦風呂や、炭酸泉のほか、2種類のサウナも楽しむことができる。



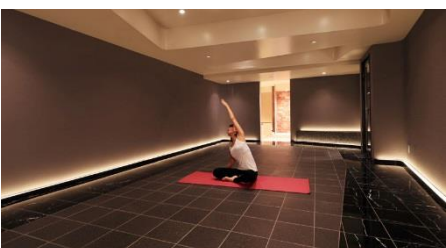
旬の厳選食材や兵庫の地産地消にこだわった新鮮食材を目の前で調理提供する宿泊者専用ライブ割烹 万連(まんれん)。



ジェットバスやマッサージベッドがある屋外プールと、アクアビクスプログラムが楽しめる屋内プールがある。



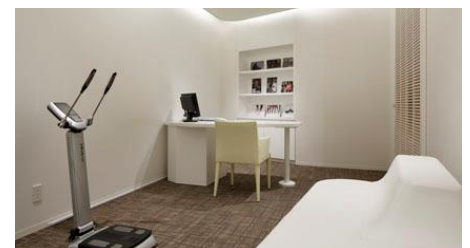
オーシャンビューのスタジオで最新鋭のフィットネスマシーンを完備。マシントレーニングのほか、様々なレッスンプログラムも用意。



ヨガやスタジオのレッスンは、美と健康増進を中心に多数のプログラムを用意。



日帰り温泉の利用も可能であることから、女性に喜ばれるアメニティーが充実している。



最新鋭の体成分分析装置「In・Body」を設置。専門スタッフによるカウンセリングを行い温泉利用と合わせた健康増進プログラムを提案。