

R-BODY CONDITIONING ACADEMY 柏の葉
2021年5月1日 グランドオープン！

株式会社 R-body project（本社：東京都渋谷区 以下 R-body）は、2021年5月1日千葉県柏市柏の葉キャンパスエリアに「R-BODY CONDITIONING ACADEMY 柏の葉」をグランドオープンいたします。



R-BODY CONDITIONING ACADEMY 柏の葉
2021年5月1日 グランドオープン！



株式会社 R-body project（本社：東京都渋谷区 以下 R-body）は、2021年5月1日千葉県柏市柏の葉キャンパスエリアに「R-BODY CONDITIONING ACADEMY 柏の葉」をグランドオープンいたします。

R-body は、日本代表やプロアスリート選手などのトップアスリートが、ケガからの復帰や競技パフォーマンス向上のために行っていたコンディショニングトレーニングを一般の方にも届けたいという思いで、2003年12月に創業したトレーナーカンパニーです。

■R-bodyの「鍛える前に整える」コンディショニングサービスの特徴について

腰に痛みがでると、腰に問題があるのかと考えがちですが、実は腰痛の原因は腰にありません。もちろん例外はありますが、その原因の多くは、実際に痛みを感じている腰とは別のところにあります。

例えば、バンザイの動作では、肩の関節が180°動くのが正しい動作です。しかし、肩の関節が正常な可動範囲で動かない（機能不全）状況でバンザイ動作を行うと、肩が動かない分、腰の動きが強制され、腰の痛みにつながるケースがあります。このようなケースで腰痛をお持ちの方がマッサージなどで腰をほぐしても、一時的には良くなりますが、少し時間が立つとまた腰が痛くなることがあります。

R-bodyでは、こうしたお客様一人ひとりの「目にはみえないカラダの問題」の根本原因を探し出し、その原因を改善するオーダーメイドのプログラムを作成します。みなさんのカラダの不調の原因や、スポーツパフォーマンスの向上を妨げている原因に対してアプローチすることで、効果的かつ根本から問題を解決していきます。

正しいバンザイの動き



問題のあるバンザイの動き



Copyright (C) 2017 R-body project All Rights Reserved.



■サービス詳細

1. Conditioning Consultation : コンディショニング コンサルテーション

50分/回 : 要予約

・クライアントの目標達成や課題解決にむけ、本人も気づかない姿勢や動作のクセを分析します。



2.

50分/回 : 要予約

・コンサルテーションの結果に基づいた、オーダーメイドのコンディショニングトレーニングをカラダの専門家と1対1で行います



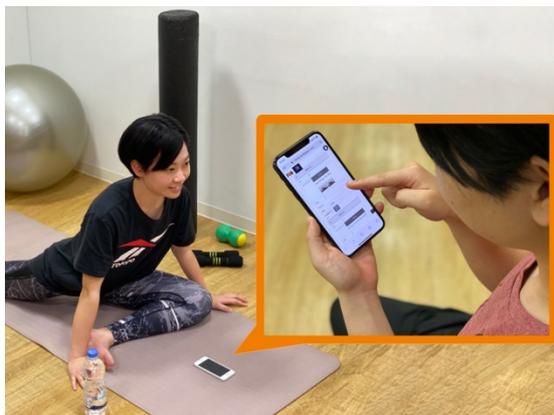
3. Self Conditioning : セルフ コンディショニング

・自主トレーニングでの施設利用も推奨しております。フロアには、コンディショニングコーチが常駐しており、お客様クライアントの個別な状況に合わせたアドバイスを行います。



4. Home Conditioning : ホーム コンディショニング

・R-body が監修するコンディショニング管理システムをご利用いただき、ご自身のプログラムを、いつでも、どこでも確認できます。



■施設 / 設備

1. コンディショニングフロア

最新のトレーニング機器を揃え、様々なアプローチができる広々とした開放的な空間です。



2. メンテナンス エリア

コンディショニングエリアと繋がっており、治療と運動の連携を取りながらサポートします。



3. レセプション

クレジット決済システム、オンライン予約システム等の導入により、スマートにサービスをご利用いただけます。



4. ロビー

ゆっくり休憩できることはもちろん、モニターを使って健康に関する様々なセミナーを開催します。



5. ロッカールーム

各種アメニティグッズを取り揃え、手ぶらで来れる落ち着いた空間になっています。



6. シャワーブース

男女各 4 室の着座可能なシャワーブースになっており、ゆったりとご利用いただけます。



■施設概要

名称：R-BODY CONDITIONING ACADEMY 柏の葉
所在：千葉県柏市若柴 226 番地 44 中央 141 街区 1 KOIL TERRACE 1F
交通：つくばエクスプレス 柏の葉キャンパス駅より徒歩 4 分
営業時間：平日 9:00～22:00 土日祝日 9:00～19:00
定休日：毎週水曜日
問い合わせ：TEL 04-7189-8963

Mail info.kashiwanoha@r-body.com

価格：

	レギュラー会員	柏の葉会員
入会金	33,000円 (税込)	16,500円 (税込)
月会費	33,000円 (税込)	16,500円 (税込)
Conditioning Conultation	3,850円 (税込) /回～	5,500円 (税込) /回～
R-Conditionig	3,850円 (税込) /回～	5,500円 (税込) /回～
Self-Conditioning	無料	無料
レンタルセット (シューズ/ウェア/ソックス)	無料	有料
レンタルタオル	無料	無料
ドリンク	無料	無料
他店舗利用 (恵比寿店、大手町店)	○	×

■入会特典について

グランドオープンにあたって、先着入会 200 名様には特典をご用意しております。
特典の詳細は R-BODY 柏の葉 LINE アカウントよりご確認ください。

R-BODY 柏の葉 LINE アカウント：<https://lin.ee/aPJwKVO/>

柏の葉 健康サポートキャンペーン

先着200名様は、

1年間月会費が通常16,500円（柏の葉会員）のところ

14,300円

特典/体験会の
申込みはこちらから！



キャンペーン詳細情報は公式LINEでお届け！

■体験会について

料 金：3,300 円

所要時間：120 分

内 容：・カラダの現状把握（カウンセリングと動作評価）
・コンディショニングトレーニング指導
・サービスのご説明

予約方法：電話もしくは、R-BODY 柏の葉 LINE アカウントにて受付

・電話番号：04-7189-8963

・R-BODY 柏の葉 LINE アカウント：<https://lin.ee/aPJwKVO/>
登録後、「体験&見学のお問い合わせ」を選択ください。

※体験会の参加可能人数には限りがあります、お早めのご予約をお勧めします。

特典 / 体験会のお申込みは公式ラインから！

LINE

まずはLINE登録！



■新型コロナウイルス感染予防対策について

(1) お客様・従業員の体調確認

- ・入館時に検温、手指消毒、靴の消毒を実施
- ・発熱や風邪の症状、体調不良の場合は入館見送り

(2) 館内衛生管理の徹底

- ・4 時間に一回程度の巡回除菌清掃の実施
- ・手洗いの徹底
- ・館内での食事の禁止
- ・雑誌、館内共有閲覧物の閲覧は基本控える

(3) 密閉の回避（換気の強化）

- ・各フロアの 24 時間空気換気
- ・ウィルス除去の為に空気浄化装置の設置

(4) 密集の回避

- ・入場制限による参加者の利用間隔の確保
- ・使用するロッカーの間隔の確保
- ・脱衣ロッカー内での間隔確保

(5) 密接の回避（近距離での会話・発声等の回避）

- ・マスク（ネックゲイター等を含む）の着用（乳幼児を除く）
- ・身体的距離の確保（2m）
- ・指導中の接触の回避
- ・受付にパーテーションの設置
- ・トレーニング時のコーチとお客様の距離の確保

※詳細はホームページをご確認ください。

<https://r-body.com/news/6609/>

■株式会社 R-body project について

R-body は、コンディショニングを通して、人、街、国のライフパフォーマンスの向上に貢献することを目指しているトレーナーカンパニーです。

博士（スポーツ医学）であり、全米公認のトレーニング指導者資格を持つ代表鈴木岳を含むプロトレーナー集団が 25 年に渡り、ケガをした日本代表やプロアスリート選手などのトップアスリートが復帰のために行っていたコンディショニングトレーニングサービスを、一般の方にも届けたいという思いで、2003 年 12 月に創業しました。以来、500 名以上のトップアスリート、約 10,000 名の一般のお客様に対して 25 万回以上のパーソナルセッションを積み上げてきました。R-body には、50 名ほど専門家が在籍し、バリエーションに富んだコンディショニングトレーニングを提供しています。

ご利用されるお客様には、不定愁訴（※）からくる肩こり、腰痛などの改善や怪我（手術後など含む）後の再発防止を目的とした方や、健康維持、予防を目的にコンディショニングトレーニングをする方が多くいらっしゃいます。日本代表やプロアスリート選手などのトップアスリートも競技パフォーマンス向上を目的に通っています。

R-body で提供しているコンディショニングトレーニングで、不定愁訴からくる肩こりや腰痛の多くが 4～8 回のトレーニングセッションで改善している実績が得られています（医師の診察後、運動許可から出たことを確認のもと実施）。その他にも、「ぎっくり腰を年 2 回くらいやっていたが、コンディショニングトレーニングをするようになってからなくなった」「マラソン時の膝の痛みがなくなった」ゴルフの飛距離が伸びたなど、ライフパフォーマンス向上の実感を持つお客様が多く在籍しています。

※不定愁訴（ふていしゅうそ）とは、臨床用語で「肩がこる」「頭が重い」「疲労感が取れない」「よく眠れない」などの自覚症状があるものの、医学的検査などを実施しても、原因となる病気などは見つからない状態。

■運営会社

社名：株式会社 R-body project

創業：2003 年 12 月

代表取締役：鈴木 岳

事業概要：トレーニング施設運営（恵比寿、大手町）。コンディショニング指導者の養成。フィットネスクラブ、病院、クリニック、治療院の運営支援、開業支援。スポーツ、健康に関する講演・イベントの企画、制作及び開催。行政と連携した住民の健康サポート、公共スポーツ施設の運営サポート。

■R-body project 情報

公式サイト：<https://r-body.com/>

Facebook：<https://www.facebook.com/Rbody/>

Instagram：<https://www.instagram.com/rbody.project/>

Twitter：<https://twitter.com/rbodyproject/>

■本件に関する問い合わせ先

株式会社 R-body project 広報

電話番号：03-5447-112

メールアドレス：info@r-body.com

