



**こんなフィットネスクラブ見たことない！ 新発想のフロア構成と最先端設備
日本初の『コンディショニング ベース』が吉祥寺に登場！！
すべてが新しい ティップネス吉祥寺 4月1日（土）オープン！**

首都圏・関西・東海地区を中心に 61 店舗の総合フィットネスクラブを展開する株式会社ティップネス（本部：東京都港区、代表取締役社長：武信 幸次）は、従来のフィットネスクラブの殻を破り全館を刷新し、『コンディショニング ベース』として生まれ変わったティップネス吉祥寺を、4月1日にオープンします。見た目・使い方もに従来のフィットネスクラブとは大きく異なる、ティップネスメソッドを理想的な形で実践するためのコンセプトクラブの誕生です。



■『コンディショニング ベース』とは

ティップネスは、新たなフィットネスクラブの形を目指し、コンディショニングの考え方を取り入れたオリジナルメソッド『1 WEEK コンディショニング』のサービス提供を、4月1日から全店一斉にスタートします。やみくもにトレーニングを頑張るのではなく、ココロとカラダの状態を総合的に評価するために独自に策定した新指標「調子」をもとに、運動・食事・回復をトータルで考え、トレーニングの効果がしやすい状態に整えることに重点を置いた『1 WEEK コンディショニング』。このメソッドを理想的な形で実践するための場所として『コンディショニング ベース』が創られました。

■特徴は「調子別」のフロア構成と、至るところに配置された最先端コンテンツ

その最大の特徴は、トレーニングや回復の効果を最大限に引き出すための、「調子別」のフロア構成です。利用者は毎回、まずは備え付けの専用スキャナーで「調子」の測定をし、その日の状態に応じた内容のトレーニングまたは回復メニューを行います。フロアもそれに対応した構成で、回復のための『リカバリーフロア』には、体温コントロールのための「Warm ブース」や「Cooling ルーム」、筋肉・関節・神経にアプローチするためのエリアとして「自動整体機」やバネ式のストレッチマシン「ボディメトリクス」を完備。集中してトレーニングするための『アクティブフロア』には、パーティション付きの「パーソナル RUN ブース」や「心拍コントロールシステム」といった最先端コンテンツを取り揃えています。

また身体機能を左右するといわれる 6 大項目（持久力・ジャンプ力・反応・バランスなど）を可視化できる測定機「SYSTRAIN」は、日本初上陸となる、まさに最新で最先端のシステムです。

一人ひとりの『コンディショニングベース』 ティップネス吉祥寺 施設概要

生まれ変わったティップネス吉祥寺は、4月1日より提供がスタートする『1 WEEK コンディショニング』に対応する形で、その時どきの状態「調子」に適したコンテンツが多彩にそろえられ、しかもフロア別になっているため、迷わず効率よく必要なメニューを実践することができます。

■効果的なトレーニングや回復を実現する3つの「調子別」フロア

1F 『リカバリーフロア』

カラダとココロの疲れをリセットし、元気をチャージできる最新リカバリーアイテムが充実したフロアです。着替え・履き替え不要で運動しない日も気軽に利用できます。運動前後の回復を促進する〈体温コントロールアプローチ〉と、全身をほぐして整える〈筋肉・関節・神経アプローチ〉により、効果的に心身の回復を図ります。



フロアイメージ図



心地よいもみほぐして「筋肉」にアプローチする「マッサージチェア」



「関節」へのアプローチで、カラダのゆがみやクセを自動補正する「自動整体機」



適度な刺激により免疫力を活性化し、ストレスフリーに「ボディメトリクス」

全身をほぐして、整える 〈筋肉・関節・神経アプローチ〉

心地よいもみほぐして「筋肉」にアプローチする「マッサージチェア」、カラダのゆがみやクセを自動補正し「関節」にアプローチする「自動整体機」、適度な刺激により免疫力を活性化しストレスを低減する「ボディメトリクス」など、最先端機器を活用して回復を促します。

温め機能 代謝促進、免疫力UP!



Warmブース

岩盤イスやウォームストーンパックで足、肩、お腹、背中などを温め、血流を改善

冷却機能 疲労回復促進、栄養吸収力UP!



Coolingルーム

運動で上がった体温を、すばやく適正な体温に戻し、回復モードへスイッチ

運動前後の回復を促進する 〈体温コントロールアプローチ〉

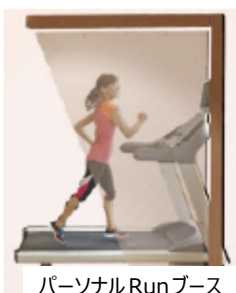
岩盤イスやウォームストーンパックを設置した「Warm ブース」では、カラダを温めて代謝促進や免疫力向上を図ります。「cooling ルーム」では、運動後の体温を素早くクールダウンさせ、疲労回復と栄養吸収力を向上させます。

2F 『アクティブフロア』

周囲のペースや雰囲気気にせず、自分のペースでトレーニングに集中・没頭できる環境を整えたフロアです。自分と向き合い、運動効果を最大化するための先端トレーニングアイテムを完備しています。



フロアイメージ図



パーソナルRunブース



パーソナルウォール



心拍コントロールシステム

「周囲のペースを気にせず集中して走りたい」「隣の人に汗が飛び散らなようにしたい」といった会員ニーズに応じてパーテーションを設置した「パーソナル RUN ブース」、自分をしっかり追い込んでいくための「心拍コントロールシステム」、ボールを投げたりぶつけたりする動作で全身運動の効果やストレス解消を得られる「パーソナルウォール」、自重を利用した究極の3次元トレーニング「TRX」など、様々な先端トレーニングアイテムを完備。自分のペースで集中して、思う存分トレーニングに没頭することができます。

3F 『ベーシックフロア』

軽めのトレーニングから本格的なパフォーマンスアップまで、楽しく全身運動ができるフロアです。アトラクション感覚で直感的にトレーニングできる「パーク」に加え、温め機能を備えた「Warmスタジオ」も設置。フィットネス初心者から高齢者に至るまで、あらゆる方々が“今の自分の状態”を確かめながら効果を実感し、身体機能を向上させることができます。



フロアイメージ図



ツリーウォール（左）／バウンス（右）



ボディメトリクス

「パーク」ゾーンには、バランス感覚を鍛えスムーズな動きが手に入る「バウンス」、登る動きで美しい背中を整える「ツリーウォール」、バネのしなりを利用して「しなやかな動き」を獲得するとともに、トレーニング効果を高めたり疲労回復を促進する「ボディメトリクス」などのギアを設置。アスレチック感覚で動き出したくなる工夫を凝らしています。〈はずむ、登る、伸ばす〉といった動きを通じて、普段使わない筋肉まで活性化し、マシンにはない「動き」「効果」「楽しさ」を体感しながら、効果を実感できるフロア構成としています。



調子測定機



SYSTRAIN

カラダとココロの状態を正しく把握 〈コンディショニングドック〉

従来の体重や体脂肪、ボディバランスや筋肉量といった従来のフィジカル測定に加え、“総合的なカラダとココロの状態”である「調子」を測定し、1週間分のメニューを専用アプリで提案するほか、プロフェッショナルスタッフが、無料でカウンセリングやアドバイスを行います。

また持久力・ジャンプ力・反応・バランスなど身体機能を左右するといわれる6大項目を可視化できる日本初上陸の測定機「SYSTRAIN」では、定期的に測定することでトレーニング効果を実感することができます。

基本情報

所在地：〒180-0003 東京都武蔵野市吉祥寺南町2-2-5

営業時間：平日 9:30-23:00 / 土曜 9:30-22:00 / 日曜・祝日 9:30-20:00

休館日：毎週木曜日、年末年始、メンテナンス休館

電話番号：0422-43-3531

URL：http://tip.tipness.co.jp/shop_info/SHP004/



『1WEEK コンディショニング』は、アスリートの世界で常識となりつつある「コンディショニング」の考え方を取り入れたティップネスの新しいオリジナルメソッドです。2017年4月1日より、ティップネスが運営する総合フィットネスクラブの全ブランド全店で一斉導入します。やみくもに「トレーニングを頑張る」のではなく、「運動・食事・回復」をトータルで考え、トレーニングの効果がしやすい状態に整えることを重視した、館内および日常生活のトータルサポートです。

▷『1WEEK コンディショニング』URL

http://www.tipness.co.jp/cc_declaration/

ティップネス 会社概要

会社名：株式会社ティップネス / 本部：108-0073 東京都港区三田3-13-16 三田43MTビル14F

創立：1986年10月 / 代表者：武信 幸次 / 資本金：1億4000万円 / 事業内容：フィットネスクラブの経営

店舗数：直営店125店舗、受託施設（指定管理含む）13施設 / 会員数：約30万人

本件に関するお問い合わせ先

ティップネス広報事務局（アズ・ワールドコム ジャパン内） 担当：三輪、星野
TEL: 03-5575-3229 FAX: 03-5575-3222 E-mail: tipness-press@w-az.co.jp

その他、ティップネスに関するお問い合わせ先

株式会社ティップネス マーケティング部 広報担当：武藤
TEL: 03-3769-8706 FAX: 03-3769-9335