

リーボックが初めて総合プロデュースを手掛けたジムが虎ノ門にオープン 話題のクロスフィットを中心に、ビジネスパーソンをターゲットに 「Kitaeru CrossFit Toranomom」 8月3日（金）グランドオープン!



グローバルフィットネスブランドのリーボック（所在地：東京都港区六本木一丁目9番10号）は、リーボックが初めて総合プロデュースした、ビジネスパーソンに向けたトレーニングジム「Kitaeru CrossFit Toranomom（キタエル クロスフィット 虎ノ門）」を2018年8月3日（金）に虎ノ門（住所：港区西新橋2-16-6）にオープンします。

リーボックはフィットネスブランドとして、「Be more human～人間を極めろ～」というタグラインを掲げ、“フィットネスを通じて自らの可能性を最大限に高めること”をサポートしていきます。現在、フィットネスジムの施設数が増加するなど（※特定サービス産業動態統計調査：経産省）、フィットネスに大きく注目が集まっている中で、虎ノ門に初めて総合プロデュースしたジムをオープンすることにより、ビジネスパーソンを中心に、ビジネスの活性化及び虎ノ門地域の活性化を図り、世界の情報発信地である東京から、新しいフィットネスカルチャーを発信していきます。

■実施予定トレーニングプログラム詳細

- ◆短時間で大幅な運動効果が得られる“ファンクショナルトレーニング”である『CrossFit(クロスフィット)』を中心としたプログラムを展開。
- ◆個人でトレーニングするのではなく、時間を区切り、集団でフィットネスを行う“グループフィットネス”を行う。
- ◆ビジネスパーソンを意識し、身体に新鮮な空気を取り入れることで、頭がリフレッシュされて仕事効率上がるように、出勤前の早朝の7:00からのプログラム提供。
- ◆ランチタイム時にも1時間集中短時間トレーニングプログラムを提供し、ビジネスパーソンをターゲットにすることで、午後からの仕事の活性化を図るプログラム等を用意。

■「CrossFit（クロスフィット）」とは？

クロスフィットは実用的動作（ファンクショナルムーブメント）を中心に毎回異なったトレーニングを高い強度で行う欧米で大人気のトレーニングです。基礎運動要素を10個に分け、それぞれ万遍なくトレーニングするのが特徴で、歩く・走る・起き上がる・拾う・持ち上げる・押す・引く・跳ぶなど、日常生活で繰り返し行う動作をベースにしたトレーニングにより、基礎体力アップとともに生活動作が楽になるのを実感できます。

トレーニングは誰でも参加でき、個人の体力レベル、年齢、フィットネス経歴に合わせて認定インストラクターがプログラムを調整し、基本的な動作/ムーブメントを一からしっかりレクチャーし正しいトレーニング方法を提供します。少人数制のクラスで男女が一緒に楽しくできることが魅力です。クロスフィット発祥のアメリカでは、軍や警察の育成・サバイバルトレーニングに取り入れられたことをきっかけに、より多くの人々に支持されるようになりました。

■実施予定トレーニングプログラム詳細 ※グレー塗はビジネスパーソン向けのプログラムです。

TIME	MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
7:00-8:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		
8:00-9:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		Spartan class
9:00-10:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	BootCamp	BootCamp
10:00-11:00	10:30-11:30 インストラクター：京乃ともみ プログラム：アスリートヨガ	10:30-11:30 インストラクター：Kiyoshi プログラム：SUWARU（瞑想）	10:30-11:30 インストラクター：今井祐子 プログラム：ヨガ&メディテーション	10:30-11:30 インストラクター：Shieca プログラム：ピラティス&ストレッチ	10:30-11:30 インストラクター：名越聖子 プログラム：美コア	CrossFit	CrossFit
11:00-12:00						CrossFit	CrossFit
12:00-13:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	LesMills（仮）	
13:00-14:00							
14:00-15:00							
15:00-16:00							
16:00-17:00							
17:00-18:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		
18:00-19:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		
19:00-20:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		
20:00-21:00	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit	CrossFit		

■リーボック シニアディレクター 白川創一 コメント

昨今の日本のフィットネス市場は右肩上がりであり、消費者の健康に対する意識や体を鍛えるトレンドというのは2020年に向けて確実に今後も成長が見込まれます。日本におけるリーボックのビジネスも毎年2桁成長を続けています。また、日本は欧米のフィットネス文化と比較すると、まだまだ開拓の余地がたくさんありますが、フィットネスに対するマインドの変化や、より健康志向なビジネスパーソンが増えてきているといえます。

そのような中、2020年に向けて虎ノ門地区の開発コンセプトにも着目し、フィットネスという切り口での新しい都市型のカルチャーを新たに東京で創造していきたいと考えており、ジムの設立を決めました。



■ReebokONE アンバサダー ニコラス・ペタスさん コメント

身体を鍛えることで、メンタルも鍛えられ、自分に自信が持てます。また、マインドフル（リセット）な時間を作ることで、自分の身体の状態を知り、トレーニング中は、日々のタスクから頭を解放し、身体に集中できることで、気持ちの切り替えができ、それが仕事の効率にも繋がります。日本でも徐々にそのようなライフスタイルが浸透、定着してきているように見えます。

■リーボック ブランドアンバサダー AYAさんコメント

一般の方々もフィットネスを通じて引き締まった身体を作ることによって美しく、また運動する事でよりメンタル（内面）もフィジカルも磨かれ、気持ちが常にポジティブな方向に引き寄せられると思います。前向きな気持ちを常に持つことで色々な難しい課題を解決する力に繋がっていくと思います。

■施設概要



- ジム名称：Kitaeru CrossFit Toranomom (キタエル クロスフィット 虎ノ門)
- オープン日：2018年8月3日(金)
- 住所：東京都港区西新橋2-16-6
- 店舗面積：A棟(GYM)：158.4㎡(47.9坪) B棟(ロッカールーム)：64.8㎡(19.6坪)
- 料金：

体験コース	概要	備考	入会費	月会費
プレミアムメンバーシップ	全てのクラス、オープンジムの時間帯を無制限で利用可能	最初に2回の必修クラス有	32,400円(税込)	32,400円(税込)
週3回メンバーシップ	全てのクラス、オープンジムの時間帯を週3回、利用可能	最初に2回の必修クラス有	32,400円(税込)	1ヶ月目：32,400円(税込) 2ヶ月目以降：27,000円(税込)
週2回メンバーシップ	全てのクラス、オープンジムの時間帯を週2回、利用可能	最初に2回の必修クラス有	32,400円(税込)	1ヶ月目：32,400円(税込) 2ヶ月目以降：21,600円(税込)
チケットメンバーシップ	チケット一枚につき、一日利用可能	最初に2回の必修クラス有 チケットメンバーシップは新規メンバーのみ購入可能。 全てのチケット利用後は、プレミアムか他のメンバーシップへ移行する必要あり。	32,400円(税込)	12枚チケット：37,800円(税込) チケット有効期限：購入日から3ヶ月
体験クラス	CrossFit体験クラスをお一人様一回限り体験可能	ご利用は一度のみ	-	3,240円(税抜)

- レンタル：ウェアセット(Tシャツ・パンツ・ソックス)、シューズ、タオル/各350円(税込)
- 営業時間：(平日)07:00~21:00 (土日祝)09:00~12:00
- サイトURL：<http://kitaeru.net>
- 電話番号：03-6435-7138

【読者、一般のお客様からのお問い合わせ先】

リーボック アディダスグループお客様窓口
0570-033-033 (電話受付 平日 9:30~18:00)
<http://reebok.jp/>

【報道関係者からのお問い合わせ先】

リーボック広報事務局(株式会社イニシャル内)
TEL: 03-6821-8054 (電話受付 平日 10:00~18:00)
FAX: 03-5572-6065 E-mail: reebok@vectorinc.co.jp
担当: 佐藤・山崎・三木・宮田