

PRESS RELEASE

報道関係者各位

2017年12月19日
野村不動産ライフ&スポーツ株式会社

リリースカテゴリ

都市型コンパクトタウン

都市再生・地方創生

グローバルへの取組み

不動産テック

働き方改革

健康・介護ニーズ

社会課題

定期報告・レポート

【麻布十番で高度 3,000M の美活】 低酸素トレーニング「LOXY(ロキシー)」で細胞へアプローチ！ 女性専用フィットネススタジオ メガロスルフレ麻布十番 新年 1 月 6 日グレードアップオープン！

スポーツクラブ「メガロス」を展開する野村不動産ライフ&スポーツ株式会社（本社：東京都中野区、代表取締役社長：大橋 充）は、女性専用のフィットネススタジオ「メガロスルフレ 麻布十番」に2018年1月6日、低酸素ルームを追加導入、低酸素トレーニングプログラム「LOXY（ロキシー）」の提供を始めます。

低酸素トレーニングで女性を内面から美しく



低酸素トレーニングプログラム
HYPOXIC TRAINING ROOM
LOXY 誕生。
ロキシー

メガロスルフレ麻布十番は、女性が美しく輝くためのプログラミングを独自に開発。
安全な低酸素環境下のトレーニングで、脂肪燃焼、体力向上を促します。
LOXYで女性のしなやかでメリハリのあるボディメイキングを!!

室内なのに、高地状態の空間。

トップアスリートやランナーを中心に利用されてきた低酸素（高地環境）トレーニングを、女性に特化したプログラムとして提供開始します。「女性が輝く美活空間」をコンセプトに最旬のフィットネスを提供するルフレ麻布十番のサービスメニューがさらにグレードアップすることとなります。

- ・エネルギーを産生するミトコンドリアが活性化
 - ・酸素を運搬する赤血球の増加
- 糖の代謝をスムーズにし、脂肪燃焼、美肌効果を高める 疲れにくいカラダをつくる

<LOXY プログラム特徴>

◆マスク不要で気軽に低酸素運動が可能

LOXYプログラムは特殊な装置で部屋全体を低酸素化、標高2,000m～3,000mと同等の空気環境で実施します。女性がより気軽に低酸素トレーニングを行えるように、チューブやマスクを取り付けるなどの煩わしさもありません。

◆初心者でも安全・安心

専修大学、時任真一郎教授*監修のもと、プログラムスタート時にSpO2（動脈血酸素飽和度）という体内の酸素濃度を測定します。SpO2は個人の体質やその日の体調によって変動するため、トレーニング前にチェックし、その日のコンディションに合わせた運動負荷設定をします。

※LOXYは「Low oxygen(低酸素)」の造語です。

あしたを、つなぐ

 野村不動産グループ

PRESS RELEASE

<プログラム詳細>

◆時短で全身を燃焼！基礎代謝量アップ！

「LOXY サーキット シェイプ/ Run&バイク」

低酸素空間で、30～60 秒間、様々なツールを利用して全力のエクササイズとインターバルを繰り返す全身サーキットプログラム。短時間で大きな運動効果を出す目的のプログラムが、低酸素空間下でさらに進化しました。



◆初心者も簡単「LOXY ストレッチ」

低酸素空間でストレッチを行う事で、同じ負荷でもより多くの酸素を体内に取り込むようになり、赤血球数の増加や毛細血管の拡張を促します。ストレッチをしながらも基礎代謝の向上や、疲れにくいカラダづくりが期待でき、ハードワークが苦手な方におすすめのプログラムです。



<メガロスフレ麻布十番の美活メニュー>

駅徒歩 3 分の好立地、「網代公園」隣接 2 階建て路面店。開放感あるスタジオでは NY 生まれのハンモックヨガや、サーフボード上で行う体幹プログラム、婦人科ドクター監修の女性らしいボディラインをつくるプログラムが人気です。



『アンティグラビティヨガ』



『サーフエクササイズ』



『Gaze (ゲイズ) シリーズ』

<プログラム監修、アドバイザー>



*専修大学 スポーツ研究所

時任 真一郎教授

スポーツ研究所内の常圧低酸素トレーニング室でアスリートのトレーニング指導を行う。常圧低酸素トレーニングをはじめ、スポーツについての論文多数執筆。

「低酸素環境下でのトレーニングは、「酸素が少ない」というストレスを体に与える事で、人間本来の生体防御反応を引き起こし、自分の中に眠っている可能性を引き出す効果的な方法の 1 つです。トレーニング中や継続する中で、自分のカラダの変化をダイレクトに実感できるのも、このトレーニングの魅力です。」

<案内図>

<メガロスフレ麻布十番 施設概要>

住所	港区麻布十番 2 丁目 13 番 5 号 COCOSPACE 麻布十番 1 階・2 階
営業時間	平日 7:00～22:00 / 土日祝 9:00～21:00
最寄駅	東京メトロ・南北線、都営地下鉄・大江戸線 「麻布十番駅」徒歩 3 分
ホームページ	http://www.megalos.co.jp/azabujuban_reflet/

■ 本件に関するお問い合わせ窓口 ■

野村不動産ライフ&スポーツ株式会社 経営企画室：山崎・秋谷

TEL：03-5334-8600 FAX：03-5351-3700



あしたを、つなぐ

野村不動産グループ