

2019年8月

会員各位

スポーツクラブ ルネサンス橋本  
支配人 齋藤 憂樹  
フィットネスチーフ 渋谷 祐太郎

サイクルプログラム『Group Ride・R30』終了  
トランポリンプログラム『UBOUND®(ユーバウンド)』導入のご案内

平素より弊社スポーツクラブ ルネサンス 橋本をご利用いただきまして、誠にありがとうございます。

さて、現在展開中のサイクルプログラム『Group Ride』『R30』を終了し、2019年10月より、トランポリンプログラム『UBOUND®(ユーバウンド)』を導入させていただくことになりましたので、ご案内申し上げます。

UBOUND®(ユーバウンド)は、ラディカルフィットネスが提供する画期的なトランポリンエクササイズであり、ミニトランポリンの弾力面を使用するハイインテンシティ(高強度)かつ、ミニマムインパクト(膝、足首等への負担の少ない)トレーニングプログラムです。

プログラムの主な目的は、参加者の心肺機能や体幹(コア)、下肢の筋力を向上することとなり、またプログラムはアネロビックとエアロビクスエクササイズを組み合わせた複数のトラックで構成され、各トラックの長さやその間にあるブレイクは、脂肪組織を刺激し体質改善に最大の効果が得られるように考慮されています。1回のクラス(60分)でおおよそ400~900kcalを消費することができます。

ながらくサイクルプログラム『Group Ride』『R30』をご支持いただいております会員の皆様には大変恐縮ではございますが、ルネサンスで唯一の導入であったこともあり、インストラクターの確保が課題であり、安定してレッスンを提供することが今後難しいと判断し、このようなご案内とさせて頂いております。

何卒ご理解賜りますよう、お願い申し上げます。

以上