

薄着の季節到来、気になる脂肪を撃退して、スッキリボディを手に入れよう！
試せる！比べる！お腹スッキリキャンペーンを開催
6月1日(水)より期間限定で1回無料体験＋入会金無料

「女性だけの30分フィットネス カーブス」など運動施設を運営する株式会社カーブスジャパン(本社所在地:東京都港区、代表:増本岳)は、2022年6月1日(水)から同年7月30日(土)まで、全国のカーブス店舗*1にて「試せる！比べる！お腹スッキリキャンペーン」を開催いたします。各月・各店舗先着30名様限定で、カーブスの運動を1回無料でお試しいただく機会と、体験後にご入会をご希望される際には入会金無料にてご案内致します。

*1 一部店舗を除く



■ 体験の流れ

専用ページ(<https://www.curves.co.jp/pr20220228/>)からお近くの店舗を選択し、初回無料体験のご予約をお願いいたします。

※ご予約はフリーダイヤル【0120-441-029】でも承っております。(受付時間は平日 10:00～18:00)

※初回体験時は、カウンセリング・体力測定(体年齢・筋肉量・脂肪量など)・お体の状態にあった体操・継続利用する際の割引特典や入会のご案内をさせていただきます。所要時間は約55分です。

※入会金無料でののご案内は、初回無料体験終了時にご入会いただいた場合のみ適用とさせていただきます。

■ カーブスの運動について

マシンを使って1回たった30分！効率よく全身の運動ができます。

30秒の「筋力トレーニング」と30秒の「有酸素運動」を交互に実施し、1回30分で女性にとって必要なすべてのトレーニングが終了するカーブス独自のプログラムです。30分の運動で、ウォーキングの3倍の脂肪燃焼効果があります。^{*2}また、日米の大学や専門研究機関で健康効果(生活習慣病の予防改善、介護予防、認知機能改善)が科学的に実証されています。事前予約不要^{*3}で、仕事帰りや買い物ついでに無理なくトレーニングを続けられます。

^{*2} ベイラー大学の研究結果に基づきカーブスジャパンが算出 ^{*3} 初回体験時には予約が必要です



■ 感染予防対策について

新型コロナウイルス感染症専門家会議の提言「3つの密の回避」および「新しい生活様式の実践」、ならびにフィットネス産業協会の感染予防ガイドラインに沿って、カーブスでは徹底した感染予防策を実践しています。今まで以上に安心して運動をしていただける場をつくって参ります。

※感染予防対策に関する詳細:

<https://www.curves.co.jp/prevention2006/>



カーブスとは

「女性だけの 30 分フィットネス カーブス」は、病気と介護の不安と孤独のない、生きるエネルギーがあふれる社会をつくることを目的に、全国に 1,953 店舗(2021 年 11 月末日現在)を展開し、40~70 歳代を中心に約 74.8 万人(2021 年 11 月末日現在)の会員をサポートしています。カーブス独自のトレーニングは、30 秒の「筋力トレーニング」と 30 秒の「有酸素運動」を交互に実施し、1 回 30 分で女性にとって必要なすべてのトレーニングが終了します。

また、カーブスのマシンは、女性や高齢者が無理なく使用できるよう開発され、体力や筋力に合わせて動かす速さで負荷が変わる油圧式のため、病院のリハビリテーション等にも使用されており、体力に自信がない方、ご高齢の方でも安心して筋力トレーニングをしていただけます。

＜大学・専門研究機関との共同研究により様々なエビデンスを保有＞

国立研究開発法人 医薬基盤・健康・栄養研究所 国立健康・栄養研究所との共同研究により、「30 分間サーキットトレーニング」を週 3 回行うことが、ダイエットや健康改善などメタボ解消と転倒防止に必要な脚力のパワーアップによる介護予防対策に効果的なことなど様々なエビデンスが実証されています。また、4 週間のサーキットトレーニングで高齢者の記憶などの広範囲な認知機能を改善できることが実証され(東北大学加齢医学研究所との共同研究において)、認知症予防や認知機能リハビリへの応用も期待されています。

【株式会社カーブスジャパン 会社概要】

設立 : 2005 年 2 月 28 日

代表者 : 増本 岳

資本金 : 1 億円

事業概要 : 「女性だけの 30 分フィットネス カーブス」など運動施設の運営

所在地 : 東京都港区芝浦 3-9-1 芝浦ルネサイトタワー 11 階