

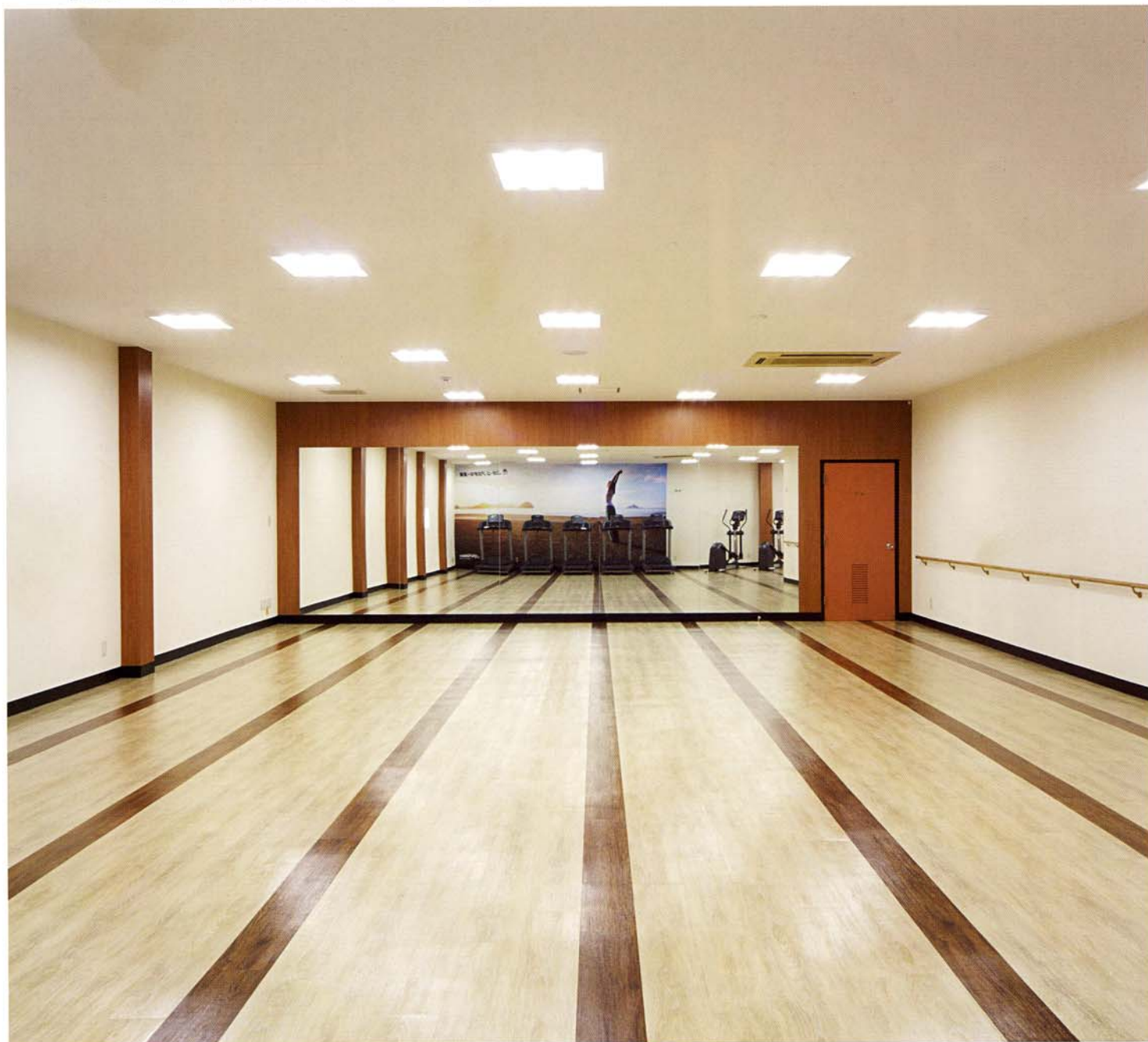
Fitness Business

IHRSA『Club Business International』オフィシャル提携誌

フィットネスビジネス

No. 64
January-February 2013

特集 戦略・施策・人事



Hit Item ◎ 商品研究

ホットアイテム

Strategy ◎ 経営戦略

エイムの経営哲学

感情と論理による人事マネジメント

Hope ◎ 期待の若手

第6回 愛知県

Close Up ◎ 人物

株式会社ハクヨプロデュースシステム

アレックススポーツクラブ PREMIA 副支配人 川口優子

Club Business Int'l ◎ 世界の動き

会員継続率を高めるメール活用方法
パーソナルトレーニングの売り上げを
大きく改善したリバーバリークラブ

世界規模で広がりを見せるマイクロスジム

注目クラブ



欧米を中心に、HIT（ハイ・インテンシティ・インターバル・トレーニング）のスマールグループトレーニングが流行するなか、マイクロスジムのメインストリームを行く、クロスフィットの本格的なボックスがオープンした。

日本における「クロスフィット」の本格的なボックスが、2012年11月1日東京代官山にオープンした。その名も「リーボッククロスフィット代官山 by HALEO」。クロスフィットは、昔から人々が自然のなかで農作業などをして暮らすなかで行ってきたような、原始的かつ実用的な様々な動作（ファンクショナルムーブメント）、高強度で行うストレングス、コンディショニングプログラムであり、10の身体能力（カーディオ、スタジオ、筋力、柔軟性、パワー、スピード、コーディネーション、俊敏性、バランス、正確性）を総合的に改善・向上していき、包括的なフィットネス能力を高めることを目的としている。'07年から毎年このフィットネス能力の世界一を決める大会が行われており、'10年よりリーボックがクロスフィットとの10年間の提携を発表。代官山店はHALEO・BULKSPORTSのブランドで有名なスポーツサプリメントメ

ーカー、株式会社ボディプラスインターナショナル（本社宮城・仙台、代表取締役デービット・ホルトン氏）とリーボックがコラボレートし、「Reebok CrossFit DAIKANYAMA by HALEO」が誕生した。

当然、代官山店にはHALEOやBULKSPORTSブランドのスポーツサプリメントがずらりと並んでいる。プロテインバーも備えていることから、トレーニング直後の絶好のタイミングでプロテインを補給することができる。代官山店では、元K-1チャンピオンのニコラス・ペタス氏のほか、複数のプロフェッショナルなトレーナーが1日およそ7クラス（1クラスあたりのトレーニング45分間）のスマールグループ形式のクラスを提供している。クラスの内容は毎回異なり、参加者は幅広いメニューのバリエーションを楽しめる。基本的に参加者の志向やレベルに合わせて、トレーナーがベストコンディションを実現できるように、その日のメニューを考え提供する。トレーナーや同じ時間帯の参加者とともに楽しい雰囲気なかでトレーニングができ、フレンドリーなつながりができることも魅力のひとつとなっている。月会費は一般的なフィットネスクラブに比べ割高となるが、相応のニーズを抱える参加者には最高

にフィットする。現在無料体験入会（1人1回限り）を提供している。

リーボックジャパンによると、クロスフィットは今後もアフィリエイト形式でボックスを順次増やしていく予定であり、並行して認定トレーナーの養成も行っていく計画をもつ。現在全世界に5,000ヶ所と急速にその数を増やしてきているクロスフィット。日本でもスポーツやトレーニングなどの愛好者や指導者がオーナーとなり、今後存在感を増してくることは確かだろう。

クラブデータ

クラブ名	Reebok CrossFit DAIKANYAMA by HALEO
所在地	〒150-0033 東京都渋谷区猿楽町 24-1 ROOB II B1F
URL	http://www. crossfitdaikanyama.com
電話番号	03-6892-4800
オープン日	2012年11月1日
延床面積	約120坪
アイテム構成	ジム、スタジオスペース、 ロッカールーム、シャワールーム、プロテインバー、サプリメントストア
主要サプライヤー	ボディプラスインターナショナル、リーボックジャパン
プログラム本数	38本/週
営業時間	平日 6:00～21:00 土 8:30～16:00 日・祝 10:00～16:00
休館日	年末年始
スタッフ数	5人