

運営会社／株式会社 ブイ・トピア



地域初!

新感覚エクササイズ地域初登場

ニューヨーク発祥のアンティグラビティフィットネスは、ハンモックを使用して空中で反重力が楽しめる、まったく新しいエクササイズ。今では世界60カ国以上で親しまれ人気を集めています。

NEW FITNESS!

「いごちのよい空間で、ココロもカラダも健康に。
この春、大人のための新しいフィットネスクラブが小牧に誕生」

フィットネスクラブ ハーブは、癒し・健康・心をコンセプトに作られた、「あなたらしさ」を実現する場所。
最新の設備と多彩なプログラム、スポーツ後もゆったり過ごせるスパ施設にプライベートエリア、そしてスタッフのおもてなしまで大人のあなたを満足させるこの場所なら、思い描いていたココロとカラダ(あなたらしさ)が、きっと見つかります。



Hospitality

ハーブではお越し頂く皆さまに心からリラックスしていただけるよう、目指したのはホテルのようなホスピタリティです。

Yoga area ホットヨガスタジオ

女性に大人気。遠赤外線効果による代謝アップでスリムボディーへ
室温40℃前後 湿度55%～65%で代謝効率を最大に

体を一番柔軟にすると言われる環境で、体の代謝を高めるホットヨガ。一番の魅力は驚くほどの大量の汗! 汗をかくことで新陳代謝がアップして体にたまった老廃物を排出するデトックス効果が期待できます。そして何よりレッスンの「爽快感」。ぜひ体感してください。

カラダを芯から温める 遠赤外線効果

美しく痩せられる
太りにくい体に
美容効果
肉体改造効果
リラックス効果
体質改善に

代謝アップ 発汗

柔軟性

代謝を高めて、美を引き出す
“スタジオ美ナール”でしなやかに

Studio Shine スタジオシャイン

スタジオ美ナール

ハンモック
エクササイズもできる!
アンティグラビティ

アンティグラビティとは、日本語に訳すると「反重力」という意味。重力に逆らわず受け入れることで、さまざまな嬉しい効果をもたらしてくれます。

♡バランス感覚の向上
♡筋力アップや体幹の強化
♡柔軟性アップ
♡スタイルアップ
♡身体の歪み・腰痛・肩こりの改善

ホットヨガ予定プログラム

♡リフレッシュ & リラックス系
♡ボディメイク & ビューティー系
♡脂肪燃焼系

放射電熱が
やわらかく
芯から温める

スタジオ床材の下に遠赤外線ヒーターを入れることで、むととした熱気もなく、足下からじんわり温めることで「運動効果・柔軟性増」「心地よい空気と肌触り」を実現しています。

Studio area スタジオエリア

最大80名収容! ゆとりのスタジオスペース!
音響×照明で異次元の空間を作るスタジオシステム導入!

初心者でも経験者も楽しめる!
“スタジオShine”で美ボディに!

女性に一番人気!
音と光で楽しさ2倍

ラッピングシステムによるこだわりの音響と、LED照明・ミラーボールを組み合わせた光でスタジオ空間を演出。話題の「ユ・パウンド」や「メガダンス」など多彩なスタジオプログラムを盛り上げます。

多彩なプログラム構成

◇エアロビクス系 ◇ヨガ系
◇ダンス系 ◇コンディショニング系
◇筋コン・格闘系

レベルや目的で選べる多彩な人気プログラムをご用意!

メガダンス

ヒップホップ、ラテン、ディスコ、ジャズ、カントリーなどあらゆるジャンルのダンスをランダムにミックスして行うダンスプログラム。シェイプアップなどの運動効果はもちろん、毎回頭いい最高のフィットネスタイムが過ごせます。

Pool area プールエリア

ウォーキング専用レーンとスイムレーンを4本設置。
ゆとりの広さで快適スイミング!

解放感あふれる空間と透明度の高い水のプール。大人だけの空間でゆったり泳げば、まさにプチリゾート気分! FFCセラミックスがクリーンで健康的なプール環境を作ります。

25m×5コース

大人だけの空間で
プチリゾート気分!

塩素臭くない!
FFCセラミックスプール

FFCセラミックスプールは運動エネルギーを高めるため、泳いだり、歩いたり、館内の活性空気(水蒸気)を吸い込んだりすることで、体のバランスを整え、自然治癒力を高め、体の内部から健康になります。

多彩なプログラム構成

◇ウォーキングエクササイズ系
◇泳法レッスン系
◇アクアダンス系
◇プライベートレッスン

※お子様のスイミングプログラムは計画しておりません。

Relax Spa リラックススパ & サウナ

トレーニングや毎日の疲れは温泉+ジェットバスで
カラダの芯からときほぐしてリラックス

カラダを動かした後の疲れた筋肉を癒してほしいと炭酸カルシウム人工温泉を採用したハーブの湯。芯からあたたまること、運動後の疲労回復だけでなく、お肌にうるおいを与え、若々しい美肌づくりとともにあなたの心も癒します。

ミネラル成分がじんわり温める
疲労回復と美肌に至福の時間を

Hear'Vの湯

北海道の秘湯
『二股温泉』由来

北海道は長万部の「二股温泉」地下から湧き出した純度の高い温泉石炭華からつくられる自然の力を生かした温泉水です。

効果・効能(厚生労働省承認)
あせも、荒れ性、冷え性、しっしん、しもやけ、リウマチ、疲労回復、肩こり、腰痛、神経痛

Gym area ジムエリア

ジムエリアは800㎡の広々スペース! 持久系、ストレンクス系、ストレッチ系、フリーウエイト合わせて、90台を超える最新鋭トレーニングマシンを設置!

多種多様なトレーニング機器は安全に効率的なトレーニングができ、あなたの目指すカラダづくりをより早く実現します。ゆとりのあるスペースはお隣を気にすることなくマイペースでトレーニングに専念でき、休息スペースも十分確保しています。ランニングマシンなどの持久系マシンは全てテレビモニター付き、ネット、スマートフォンの接続もできる最新マシンです。

Queenax (クイナックス)

「トレーニングをつらひ」は昔の話、クイナックスは、さながら大人のジャングルジム。ストレッチからグループエクササイズまでバラエティに富んだ器具とメニューで、楽しみながら動きやすいカラダをつくれます。

サーキットシリーズ

女性・ご年配の方でも簡単にレバー操作一つでトレーニングがはじけられるシンプルマシンを設置。ラックと配置になっているので一周すると全身の筋肉が鍛えられます。

動的ストレッチマシン

力を抜いて肩甲骨や股関節回りの筋肉を動かし、気持ちよくストレッチをかけることで関節可動域が広がり、筋肉の緊張が取れ、筋肉を緩め、柔軟性を高め、体をしなやかにします。

最新のマシンにファンクショナルトレーニングまで、
多彩なハイグレードマシンを完備!

Free-weight area フリーウエイトエリア

スティックに自分の筋肉と向き合う

フリーウエイトを望まれる方の為に、ダンベル、ベンチプレス、スミスマシンを完備。また、ヘビーウエイトを扱う方に配慮してエクササイズベルトも用意しました。

Personal area パーソナルエリア

マンツーマンサポートでフィットネスに関する不安解消

経験豊富な資格を持つトレーナーが、お客様の不安、要望などをお聞きし、お客さまに合ったトレーニングメニューの作成、スキルアップなど、幅広くサポート致します。またダイエット・食事に関するご相談も管理栄養士の資格を持つスタッフが対応致します。

Support System

はじめての方でも安心サポートシステム!

①身体の状態をチェック 既往歴、体重、血圧から身体の状態を把握し、さらに活、ライフスタイルから目標を提案します。

②目標設定 お客様の現状、食生活、運動量、睡眠時間など、その都度ニューを提案します。

③プログラムの提案 目標を達成するために、トレーニング上の疑問、最適化トレーニングメニューを提案します。

④完全なサポート体制 レーニング上の疑問、最適化トレーニングメニューを提案します。

※ 体重測定は有料(500円税別)となります。



ハーブではお越し頂く皆さまが心から満足し、通い続けていただくことによって、ココロとカラダともに健康になっていただきたいとの思いから最新の機器やプログラムだけでなく、空間づくりまでも品質にこだわっています。オープンまでさらにクオリティアップしながら皆様にお会いできる日を楽しみにしております。



あなたのために
最高のおもてなしを

目指したのはホテルのようなホスピタリティ。エントランスに足を踏み入れた瞬間、癒しを感じる落ち着いたデザインと高級ホテルのような佇まい、スタッフの笑顔があなたを迎えます。



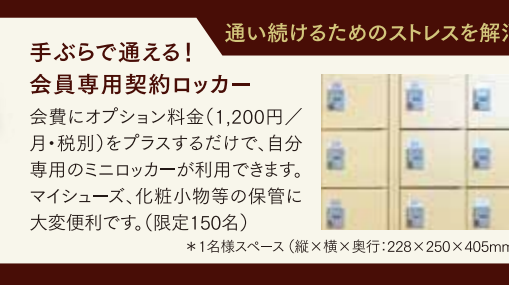
運動だけではない
ゆったりとした時間を

他の人を見ず着替えることができる広々としたロッカー室。また、腰かけスタイルとスタンドスタイルで、時間に合わせてタイプを選べるパウダールームなどお過ごしいただく中でのプライベートスペースにもこだわった、癒しを感じていただける空間です。



経験と知識豊富な
プロがサポートします

初めての方や興味はあるけど少し不安な方もご心配なく。フィットネスの知識とトレーニングの豊富な経験を持つプロのスタッフが明るく丁寧にサポートします。



通い続けるためのストレスを解消!

※ 1名様スペース(180×180×奥行1220×250×400mm)