

BIGBOX高田馬場 西武フィットネスクラブ
総合フィットネスクラブ”都内初”となる
ENCOMPASS(エンコンパス)マシンピラティススタジオがオープン！
～新時代の身体づくりへ～

BIGBOX 高田馬場 西武フィットネスクラブ(東京都新宿区)では、2024年11月1日(金)、総合フィットネスクラブでは都内初となるプレミアムマシン「ENCOMPASS(エンコンパス)」を導入したマシンピラティススタジオ『Pilates&Conditioning(ピラティス&コンディショニング)』が新たにオープンします。

このスタジオは、「身体を知り、自分を整え、できるようになる自分に生まれ変わる」をコンセプトに、しなやかで美しい人間本来の姿や身体のパフォーマンスを最大限引き出す、新時代の身体づくりをサポートするスタジオです。

その他、コンディショニングマシンの設置や、フリートレーニング、ウェイトトレーニング、運動サポートなど充実のサービスと、快適にお過ごしいただける待機スペースも完備。

ご利用方法は継続して理想の身体づくりを気軽に目指したい方におすすめの「月5回会員」、通い放題の「フリー会員」など生活スタイルに合わせた選択が可能です。

オープンに合わせ、10月16日(水)～11月15日(金)の間、特別体験会を開催します。
詳しくは、別紙の通りです。



ENCOMPASS(エンコンパス) イメージ



エントランスイメージ

【マシンピラティス“ENCOMPASS”ビジョン】

- ✓ 美しくカッコいい、しなやかな身体づくり
- ✓ 柔軟性のある、質の良い筋肉づくり
- ✓ バランスの整った、機能的な身体づくり
- ✓ 関節を守り、故障しない身体づくり

【認定トレーナーによる指導でエンコンパスライフをサポート】

青山学院大学駅伝チームのフィジカルトレーナーでもある中野ジェームズ修一氏をはじめ、エアロビック元世界チャンピオンの野村健一郎氏、骨盤底筋トレーニングの第一人者である岡橋優子氏、FTPピラティス教育ディレクターの大本沙樹氏が集結し開発された教育プログラムを受講した認定トレーナーがサポートします。



中野ジェームズ修一氏

プレミアムマシン“ENCOMPASS”について



美しく機能的な身体をつくる

ENCOMPASSが実現する身体作りは、筋肉を肥大させるマシントレーニングや単に体脂肪を減らすだけのダイエットなどとは全く異なるものです。

目指すは動きやすく機能的、美しくしなやかな人間本来の姿。

身体のパフォーマンスを最大限引き出すプレミアムマシン、それがENCOMPASSです。

©TotalGym

営業概要

- [施設] BIGBOX 高田馬場 西武フィットネスクラブ5階
[エリア名] Pilates&Conditioning(ピラティス&コンディショニング)
[面積] 約167坪(551㎡)
[設備] トレーニングエリア、グループエクササイズエリア、待機エリア、
コンディショニングエリア ※コンディショニングマシン「SONIX」設置
男性更衣室(脱衣所、シャワー2室、トイレ1室)
女性更衣室(脱衣所、シャワー5室、トイレ1室)

※コンディショニングマシン「SONIX」とは

リンパと血流の流れを良くし体内の活性化を促します。
10分間乗るだけで「全身のトレーニング」、「ウォーミングアップ」、
「クールダウン」が可能な、心地よい音波振動マシンです。



- [営業時間] 月曜日～金曜日 10時00分～21時30分
土曜日・祝日 9時00分～18時00分

[定休日] 毎週日曜日および年末年始

[種別・料金]

種別	料金(税込)
ピラティス月会員(5回/月)	13,200円
ピラティスフリー会員	17,600円
都度利用	4,400円

※入会資格 高校生を除く満15歳以上となります。

※月会員、フリー会員の登録には、別途フィットネス登録手数料 5,500円(税込)が掛かります。

※その他、オプションサービス(有料)がございます。

特別体験会

- [日程] 2024年10月16日(水)～11月15日(金)
※日曜日と10月30日(水)・31日(木)はオープン準備のためお休みとなります。
[料金] 無料 ※お一人さま1回限りとさせていただきます。

- [申込方法] 公式 Web サイトまたはお電話でお申込みください。
公式サイト ▶ <https://seibu-fitness.jp/pilates/>
電話番号 ▶ (03)5272-5203
受付 10:00~19:00(定休日は除く。)
- [申込開始] 9月下旬ごろを予定しております。
詳細は、上記公式 Web サイトをご確認ください。



施設概要

- [所在地] 〒359-0037 東京都新宿区高田馬場 1-35-3 BIGBOX 高田馬場3階・4階・5階
[交通] 西武新宿線、JR 山手線、東京メトロ東西線 「高田馬場」駅前



※画像はすべてイメージです。

■お客さまのお問合せ先
[BIGBOX 高田馬場 西武フィットネスクラブ TEL. \(03\) 5272-5203](https://seibu-fitness.jp/pilates/)