



# NEWS RELEASE

報道関係者各位

2019年10月1日  
株式会社ラススイート

## 神戸みなと温泉 蓮

### 関西初導入の最新鋭マシン登場！フィットネスジムが令和最初の大リニューアル

天然温泉旅館「神戸みなと温泉 蓮」(総支配人:坂口 淳一 所在地:神戸市中央区)は2019年10月1日(火)、関西のホテルフィットネスで初導入となるマシン2台を含む、世界的フィットネス機器メーカー「テクノジム」ブランドの最新鋭マシン7台を新たに増設し、フィットネスジムのリニューアルしました。またこのリニューアルを記念し、「テクノジム」の専任トレーナーと共同開発したオリジナルプログラムの提供を開始します。

神戸みなと温泉 蓮は、京阪神初の厚生労働省認定「温泉利用型健康増進施設」。「温泉」「医療・福祉」「運動」「応急」などの専門資格を取得したスタッフが常駐し、病気になりにくい身体づくりや心のケアなどを積極的に実施している他、医師が作成した「温泉療養指示書」に基づく温泉療養を安全かつ適切に行ったり、温泉療法専門医監修による「温泉利用型健康増進プログラム」で、気軽に体験できる都市湯治も提供しています。

また、理化学研究所が推進する「健康“生き生き”羅針盤リサーチコンプレックス」への参画や、健康をテーマに旅をする「ヘルスツーリズム認証プログラム」の展開など、温泉で健康増進を後押しする取り組みも強化しています。

今回のリニューアルにより、専門資格を持つスタッフによる安全で適切な運動プログラムの体験や指導をさらに展開し、天然温泉を利用した安全かつ安心な健康づくりに取り組んでまいります。



### 世界で愛用される「テクノジム」ブランドの最新鋭マシン7台を新たに追加

背面や肩のトレーニングに最適な“キネシスステーションロープル”や、肩や胸のトレーニングに最適な“キネシスステーションオーバーヘッドプレス”を含む、最新鋭マシン7台を新たに追加いたします。



#### ●関西エリア初導入！キネシスステーション

宿泊、温浴施設としては関西エリア初導入(総合フィットネスクラブを除く)のロープルとオーバーヘッドプレス。テクノジムと共同開発した蓮オリジナルのサーキットトレーニングプログラムでもその効果は体感できます。既存のウェイトマシンとは異なる使用感で、重りを上げるのには少し抵抗がある、という女性のお客様のニーズにも応えてくれます。

#### ●全国的にも珍しいスキルロウを導入

全国的にも設置の少ないテクノジム製ロウイングマシンを導入。東京2020で注目のボート競技でも日常のトレーニングに使用されており、全身を使った有酸素×筋トレのデュアルトレーニングに効果的です。海外ではメジャーなボートの運動を取り入れた全身運動マシンは、負荷も自由に調整可能で女性のお客様でも安心、安全に使用いただけます。





●アルティス リクライン、チンアップ/ディップ/レッグレイズ

背もたれ付きのベーシックなバイクマシン。ゆったりとロングライドが可能で、無理なく毎日の運動スタイルを広げることが可能です。チンアップディップレッグレイズは、安全に懸垂、伸び運動が出来る他、ひじを置いた状態でのレッグレイズ(腹筋)もできるので様々なお客様にお使いいただけます。

●アルティス アダクター、アブダクター

最高級アルティスラインのストレンクスを拡充したマシン。脚の外、内を効果的に鍛える事が出来るため、女性のお客様にお勧めです。

**世界的マシンメーカー「テクノジム」とプログラムを共同開発!**

●新マシンを使用した蓮オリジナルプログラム第1弾「KINESIS(キネシス)ウエストシェイプ」



複数のポジションのハンドグリップを使い分けることにより、多種多様なエクササイズに取り組めるキネシス ワンを使用した「クランチ」、スキルロウを使用した、有酸素運動と筋トレが同時に実現できる最強トレーニング「ローイング」などの8種目から成るトレーニングをサーキット形式で行うレッスン。今回新導入のキネシスステーションは、人間工学理論に基づいた設計により、身体のあらゆる動作に対して抵抗が掛かるように計算されており、無理なく負荷を掛けることができます。おなか周りを中心に動かすエクササイズをメインにウエストへのアプローチを図るトレーニングです。

【開催日時】2019年10月1日(火)~12月31日(火)毎週月曜日 16:00~16:30、毎週日曜日 13:00~13:30

【開催場所】[健康増進エリア]1F フィットネスジム

【料 金】[日帰りゲスト・宿泊ゲスト]1,500円 [健康増進メンバー]1,000円

関連 URL : <https://ren-onsen.jp/event/techno1/>

●蓮オリジナルレッスンプログラム第1弾「ARKE(アルケ)アクティブサーキット」



「ARKE(アルケ)」は、ギリシャ語で「原点」という意味で、バランスボール・バランスディスク・メディシンボールなどの様々な種類のカラフルなアイテムを利用し、不安定な状態を作ることで、体幹や足裏の感覚を磨き、自身の持つ本来の身体能力を引き出すトレーニングです。本プログラムでは、広背筋を効果的に鍛える最強メニュー「ワンハンドロー」、下半身の強化や引き締め効果的な「ランジ」、腹筋の超定番種目「クランチ」など8種目から成るトレーニングをサーキット形式で行います。

【開催日時】2019年10月1日(火)~12月31日(火)毎週水曜日 12:30~13:00、毎週日曜日 12:30~13:00

【開催場所】[健康増進エリア]1F スタジオ

【料 金】[日帰りゲスト・宿泊ゲスト]1,500円 [健康増進メンバー]1,000円

関連 URL : <https://ren-onsen.jp/event/arke1/>



**天然温泉旅館「神戸みなと温泉 蓮」**

2015年12月開業。地下1,150mから湧き出る自家源泉を持つ天然温泉旅館です。客室は全室50平米以上&テラス付オーシャンビュー。日帰りでも、露天・屋内大浴場をはじめ、岩盤浴・溶岩浴、屋外温水プール・屋内フィットネスプール、毎朝丁寧にとる“だし”が自慢の和食をメニュー豊富に揃える御食事処など多彩な施設を利用可能。2016年6月には、厚生労働大臣から全国でも数少ない京阪神初の「温泉利用型健康増進施設」として認定されました。2019年には、「ランニングクリニック」を含む4種類のプログラムが、旅のサービス品質を保証する「ヘルスツーリズム認証」を取得。

※表示料金に別途消費税を申し受けます。サービス料はいただいておりません。

【お客様のお問い合わせ先】神戸みなと温泉 蓮 TEL : 078-381-7000 (代表)

《本件に関するお問い合わせ》 株式会社ラスイート 企画広報営業部 畑・中川・呉  
TEL : 078-381-9384 FAX : 078-381-7426 E-mail : [press.release@l-s.jp](mailto:press.release@l-s.jp)

## 【神戸みなと温泉 蓮 概要】

施設名 : 「神戸みなと温泉 蓮」

所在地 : 神戸市中央区新港町 1-1 (鉄骨造地上 10 階建、高さ 42.3 メートル)

- ・ 1 階～ 3 階 : レストラン、ラウンジ、健康増進施設
- ・ 4 階～10 階 : 客室 (90 室)、展望大浴場、展望ラウンジ
- ・ 駐車場 : 280 台 (屋外)

敷地面積 : 約 27,479 平方メートル

開 業 : 平成 27 年 12 月 17 日



神戸の都心・ウォーターフロント 新港第一突堤用地において、神戸市の公募「新港第一突堤用地 借受人」(平成 24 年 6 月)により、平成 24 年 11 月に株式会社ラスイート(代表取締役社長:関 寛之)が事業者を選定され、「ラスイート神戸新港第一突堤プロジェクト」として開発を進め、平成 27 年 12 月 17 日(木)に宿泊棟「神戸みなと温泉 蓮」及び、コンベンション棟「ラ・スイート神戸オーシャンズガーデン」として開業いたしました。



神戸市の中心地、三宮からほど近く、都会とは思えない日本庭園や日本文化のしつらえが美しい館内。



全 90 室の客室は、全室オーシャンビューテラスを備えた 60㎡以上の広さを誇る。



異国情緒をたたえる街並みと、「みなと町神戸」を感じる至福のひとつとき。



宿泊者に限り体感できる絶景の展望大浴場は、雄大な眺望と開放感あふれるフロア。



露天大浴場は、「神戸みなと温泉」源泉かけ流しのお風呂のほか、足湯回廊や壺湯、棚湯がある。



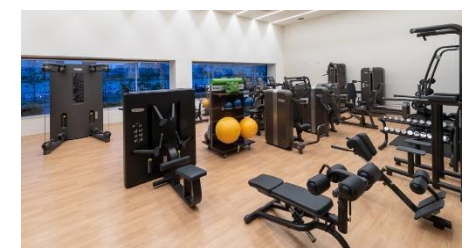
室内大浴場は、季節を感じることができる暦風呂や、炭酸泉のほか、2種類のサウナも楽しむことができる。



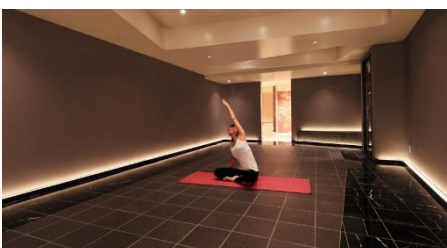
旬の厳選食材や兵庫の地産地消にこだわった新鮮食材を目の前で調理提供する宿泊者専用ライブ割烹 万連(まんれん)。



ジェットバスやマッサージベッドがある屋外プールと、アクアビクスプログラムが楽しめる屋内プールがある。



オーシャンビューのスタジオで最新鋭のフィットネスマシンを完備。マシントレーニングのほか、様々なレッスンプログラムも用意。



ヨガやスタジオのレッスンは、美と健康増進を中心に多数のプログラムを用意。



日帰り温泉の利用も可能であることから、女性に喜ばれるアメニティーが充実している。



最新鋭の体成分分析装置「In・Body」を設置。専門スタッフによるカウンセリングを行い温泉利用と合わせた健康増進プログラムを提案。