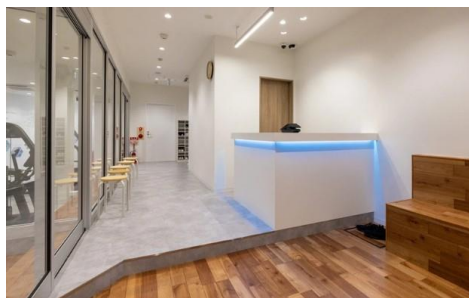


川崎駅前の複合商業施設「ラ チッタデッラ」に
トップアスリートが取り入れている“高地トレーニング”を誰でも手軽に利用できる
標高2,500m相当の低酸素空間を実現したトレーニングジム

『LOX-Fit 川崎 ラ チッタデッラ店』 GRAND OPEN !

LOX-Fit



川崎駅前の複合商業施設「ラ チッタデッラ」(神奈川県川崎市川崎区小川町/運営:株式会社 チッタ エンタテインメント/代表取締役社長:美須アレックスandro)は、低酸素トレーニングジム『LOX-Fit(ロックスフィット)川崎 ラ チッタデッラ店』をグランドオープンいたします。LOX-Fitはトップアスリートが取り入れている“高地トレーニング”を誰でも手軽に利用できる標高2,500m相当の低酸素空間を実現したトレーニングジムです。

特徴

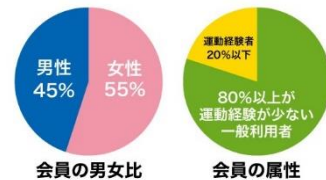
■ 時短トレーニングの真髄「低酸素トレーニング」

LOX-Fitは標高2,500m相当の低酸素空間を実現し、高負荷なトレーニングにより、たった30分の運動で理想の身体づくりを提供します。運動が苦手な方でも歩くだけで通常より負荷をかける事が出来るのは低酸素トレーニングのメリット。アスリート向けの高強度トレーニングはもちろん、運動に不慣れな方はゆっくり30分のウォーキングだけでも可能。低酸素空間ではカラダの“ミトコンドリア”が活性化するので、脂肪燃焼効果が上がり「痩せやすいカラダ」に。冷え性改善・美容効果なども期待できます。



■ 目標や目的に応じたプログラムも万全！専門スタッフがトレーニングをサポート

会員のお客様の80%が運動経験の少ない方です。お客様の目的に合わせてトレーナーがサポートするので、短時間で、効率的に健康的なカラダづくりを行うことができます。脈拍センサーを使用して個人のコンディションをモニタリングする事で健康状態を管理し、目標に応じて追い込む事も可能な為、スポーツ選手やジュニアアスリートのサポートも万全。またダイエットや心肺機能向上など目的に応じたプログラムもご用意しております。



※2024年2月時点

■ 組み合わせることで効果倍増「筋力トレーニング」

マシンを使ったトレーニングから自重トレーニングなど、目的に応じたトレーニングができます。低酸素環境下での筋力トレーニングは血中酸素が抑制されるため、効率的に高負荷をかけられます。低重量で高負荷をかけることで、腱や関節への負担を最小限に抑えたトレーニングが可能です。



【本件に関するお問い合わせ】

株式会社 チッタ エンタテインメント ラ チッタデッラ テナントPR事務局 担当: 齋藤・原
TEL : 044-223-2333 携帯 : 080-2176-3139 Mail : s.saito@citta-ent.co.jp

設備・プラン

■シャワールーム

シャワールームを完備。運動後に汗を流す事が出来ますので、お仕事やお出かけ前にトレーニングをする事も可能です。

■女性専用更衣室

女性専用の更衣室をご用意しております。ドレッサーも設置しておりますので、運動後のメイクなどにご利用いただけます。



ReFa BEAUTECH DRYER PRO

・ ReFa (リファ)

シャワーヘッド、ドライヤー等、ReFa製品を導入しております。汗を流すだけで無く、肌や髪のケアもサポートいたします。女性更衣室にはReFa社のヘアアイロンも完備。製品は店頭でもご購入いただけます。



・ InBody (インボディ)

InBody社の高性能な体組成計を設置。無料でご利用いただけます。筋肉量や体脂肪量など詳細に数値化する事が出来るので、トレーニングによる成長を実感する事が可能です。



・ BULK HOMME (バルクオム)

シャンプー、コンディショナー、ボディソープはバルクオムの製品を導入しております。



低酸素トレーニングジム『LOX-Fit 川崎 ラ チッタデッラ店』

定休日	月曜日
営業時間	平日 10:00~22:00 土曜 7:00~19:00 日祝 7:00~17:00
カード利用	可
予約	可
参考予算	<ul style="list-style-type: none"> ■デイ会員 月6回 /平日10:00~16:00 8,800円 ■ウィークワン会員 月6回 11,000円 ■スタンダード会員 月12回 15,400円 ■プレミアム会員 通い放題 20,900円
電話番号	044-742-9409
住所	〒210-0023 神奈川県川崎市川崎区小川町 1-26 ラ チッタデッラ アレーナチッタ 2F
公式サイト	https://loxfit.jp



「ラ チッタデッラ」施設外観

「ラ チッタデッラ」について

2002年開業。イタリアのヒルタウン（丘の上の街）をモチーフに作られた「ラ チッタデッラ」は、首都圏最大級のシネコン「チネチッタ」と大型ライブホール「クラブチッタ」を中心に、ショップ&レストランや、美容・ウェルネス、ウェディングなどのサービスが集まる、楽しみいっぱいのエンタテインメントの街です。

■「ラ チッタデッラ」公式HP <https://lacittadella.co.jp/>

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社 チッタ エンタテインメント ラ チッタデッラ テナントPR事務局 担当：齋藤・原
TEL : 044-223-2333 携帯 : 080-2176-3139 Mail : s.saito@citta-ent.co.jp