



<報道関係各位>

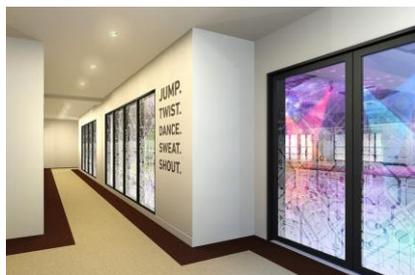
2014年4月2日  
株式会社ティップネス

文化創造都市として求心力を増す「池袋」にエンパワーメントジムが誕生！

## 『ティップ.クロス TOKYO 池袋』、4月5日(土)オープン！

最先端のトレーニングやメソッドに最新のトレンドやカルチャーをクロスオーバー  
五感を通じて都市生活者のココロとカラダをアップグレード。

首都圏・関西・東海地区を中心に 61 店舗のフィットネスクラブを展開する株式会社ティップネス(本部:東京都港区、代表取締役社長:武信 幸次)は、2011年の渋谷、2012年の新宿に続き、都心型ブランド“ティップ.クロス TOKYO(ティップ.クロス トーキョー)”の3店舗目となる『ティップ.クロス TOKYO 池袋』を2014年4月5日(土)にオープンします。



《イメージ画像:「ファンクショナルトレーニングフィールド」(上右段)と機能で分かれた2つのスタジオ(下段)》

「ティップ.クロス TOKYO」は、ティップネスが展開する都心型ブランドです。都心に集い、新しい文化・情報を吸収しながら積極的に自己を高める、そんなエンパワーメントな人々が、“ボディ・スタイル・センスを磨く”ために集う全く新しいジムとして、2011年に渋谷店、2012年に新宿店をオープンしました。高い専門性と豊富な経験を有する選りすぐりのスタッフが、ご利用者一人ひとりへのアセスメントと質の高いトレーニング指導を提供。最大の特徴である“ファンクショナルトレーニング”メソッドを軸とした新しい価値の提案を通じて、ご利用者の高い満足度を獲得してきました。また、「ファンクショナルトレーニングフィールド」をはじめとした館内ビジュアルの独創性も相まって、既成概念に捉われない本格派総合フィットネスジムとして注目を集めてきました。さらに、“都心のエンパワーメント拠点”として、東京を前向きに楽しむスマートでアクティブなメンバーたちがそこに集い、「積極的に自分自身を磨く場」としての新たな価値も生まれつつあります。

『ティップ.クロス TOKYO 池袋』は、JR 池袋駅メトロポリタン口に位置する「ティップネス池袋」を全面リニューアルし、渋谷・新宿に続く3店舗目としてオープンします。世界有数のターミナル駅であり、2015年の新庁舎移転を控え“文化創造都市”として魅力を増している副都心「池袋」に、“フィットネスの最先端”という新たな横顔が加わります。

### ■ ファンクショナルトレーニング※ を軸としたジム構成

「ティップクロス TOKYO」の象徴である「ファンクショナルトレーニングフィールド」を、ジムエリアの入り口すぐに配置。ストレッチ、有酸素運動、筋力トレーニング、とそれぞれのトレーニングが独立するのではなく、ジムフロア全体を使ってファンクショナルトレーニングを効果的に行える構成です。

### ■ リカバリー領域にも注力

「ティップクロス TOKYO」の基本コンセプトを土台としつつ、2011年のブランド立ち上げから3年間の足跡の中で、「エンパワーメント拠点」として都市生活者をサポートするために新たに見えてきた必要不可欠なものとして、「回復(リカバリー)」をキーワードとしたプログラムおよび施設展開にも注力し、フィットネスクラブのさらなる新しい価値を提供いたします。

### ■ 機能別にスタジオを使い分け

2面あるスタジオを、機能別に使いわけていきます。

Aスタジオ: “エンターテイメント”をテーマに、「陶醉」「没頭」「やる気のスイッチ」「ショーアップ」といった、エモーショナルなワードに関連するプログラムを展開。

Bスタジオ: “ファンクショナル”をテーマに、「動けるカラダ」「集中力」という機能性向上を主な目的としたプログラムを展開。

デザインは、壁面や床の色調や素材の工夫にとどまらず、A・Bそれぞれ、「プログラムの価値を最大限に引き出す装置」として、効果的かつフレキシブルに演出できるよう、壁面加工や照明配置等の工夫を随所に施します。

※施設、プログラムの詳細につきましては、別添参考資料をご覧ください。

#### ※ファンクショナルトレーニングとは

スポーツの動作の運動性や協調性の向上を目的とし、いつでもスムーズに思い通りに動けるためのカラダ＝機能的ボディを理想に、「動き」の機能を高めていくトレーニング。

人間のカラダが本来持ち合わせている効率性と機能美溢れる「動けるカラダ」を呼び覚ます、身体機能向上のための有効なメソッドです。

自分の身体機能レベルを考えず急にスポーツを始めたことで起こる、ケガや故障の回避にもつながります。ムダなく、ムリなく、カラダを本来の状態へ目覚めさせ、機能的な「動けるカラダ」を実現します。

#### 【ティップクロス TOKYO 池袋 施設概要】

店舗所在地: 〒171-0021 東京都豊島区西池袋 1-3-1 東武百貨店パーキング2 2~5F  
営業時間: 平日 7:00~23:15 / 土曜 9:30~22:00 / 日曜・祝日 9:30~20:00  
休館日: 毎月10日、26日、年末年始  
電話番号: 03-5992-2255

#### 本リリースに関するお問い合わせ先

『ティップクロス TOKYO 池袋』プレスプレビュー事務局 (アズ・ワールドコム ジャパン内)  
担当: 三輪、吉本  
Tel: 03-5575-3221 Fax: 03-5575-3222

#### その他、ティップネスに関するお問い合わせ先

株式会社ティップネス マーケティング部 広報担当: 武藤 / TEL 03-3769-9325 FAX 03-3769-9335

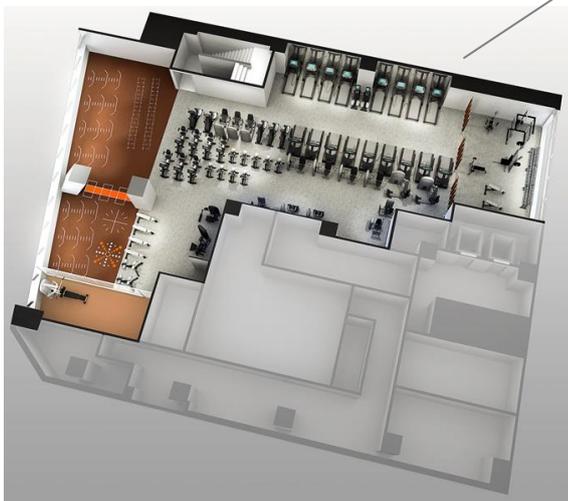
#### 株式会社ティップネス 会社概要

会社名: 株式会社ティップネス / 本部: 〒108-0073 東京都港区三田 3-4-10 リーラヒジリザカ 4F  
創立: 1986年10月 / 代表者: 武信 幸次 / 資本金: 1億4000万円 /  
株主: サントリーホールディングス株式会社、丸紅株式会社 / 事業内容: フィットネスクラブの経営 /  
社員数: 561人 / 店舗数: 直営店 61 店舗 受託施設(指定管理含む) 13 施設

『ティップクロス TOKYO 池袋』フロア構成

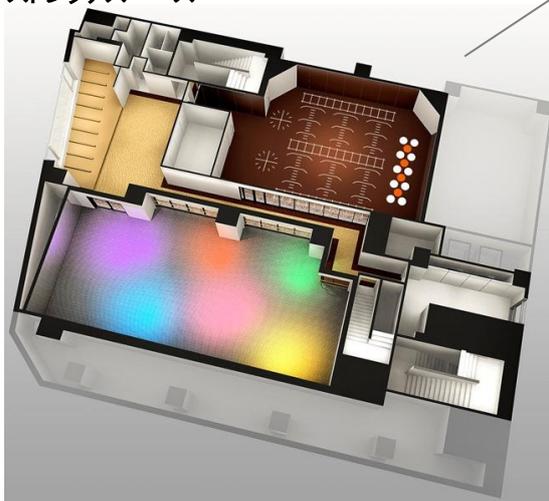
# 5F

トレーニングジム



# 4F

スタジオ  
ストレッチスペース



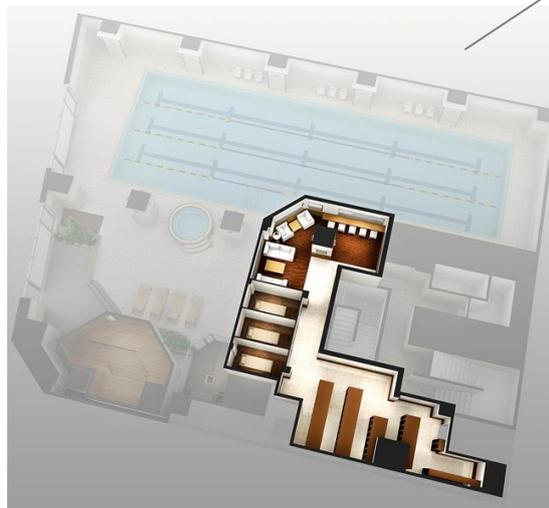
# 3F

フロント、クローク、プランニングセンター  
女性ロッカールーム、男性ロッカールーム



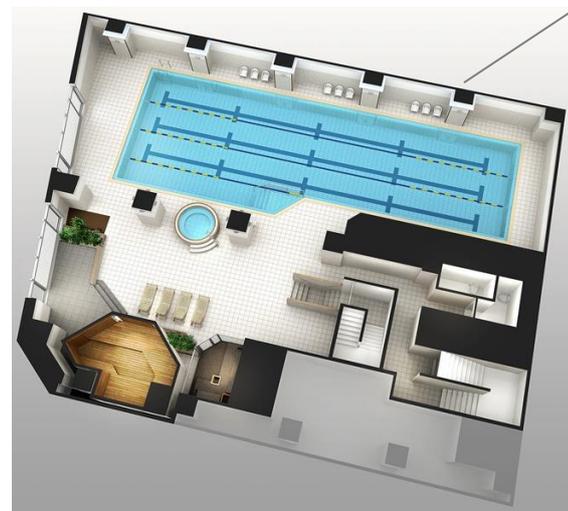
# M3F

ラウンジ、プライベートロッカー  
TIP.X TOKYO STRETCH LAB



# 2F

アクアエリア



『ティップクロス TOKYO 池袋』 詳細のご紹介

■ 「ティップクロス TOKYO」の象徴

①ファンクショナルトレーニングフィールド (5F)

「TIP.X TOKYO」のトレーニングは、全てがここからはじまると言っても過言ではありません。“ファンクショナルトレーニングの最先端”として進化を続ける「TIP.X TOKYO」。その全てのメソッド・ノウハウ・環境が備わった場所です。個々の筋肉を鍛える従来のフィットネス像を脱却。「動作」を高めることで人間のカラダが本来持っている効率性と機能美を引き出し、カラダを効率よく使える状態へとアップデートします。



フィールドワークアウト

サークルやライン(線)、ラダー(はしご)などのフィールド上に描かれた模様の上で、ミニハードルやコーンなど様々なアイテムを用いて、細かいステップやジグザグ走などを行います。これはコア(カラダの支柱)の意識を高めながら、素早くカラダを使う“動き”向上のトレーニング。脂肪燃焼・スポーツパフォーマンス向上・コーディネーション能力向上と、あらゆる運動能力を高めていきます。

TRX サスペンション

サスペンダー型のエクササイズツールを用いて機能的な体を作るトレーニング。自体重を利用することで、筋力・持久力・バランス・柔軟性・体幹を同時に鍛えることができます。また体位やロープ長を調整することで即座に自体重による負荷を変えること出来るので、どのようなカラダの大きさ、体カレベルの方にとっても安全で効果的です。

スラックライン

スラックラインとは、幅約 5 cmのナイロンベルトの上で立ったり、歩いたり様々な動作を行う、綱渡りとトランポリンを融合したような新しいスポーツ。遊び感覚の、程よいチャレンジ感の中に、体幹の安定性やバランス感覚向上が期待できて、シェイプアップにも効果的です。

■ 充実のサポート体制&ソリューション提案

②トータルプランニングサービス  
～プランニングセンター (3F)

TIP.X TOKYO では、専用のカウンセリングブースを設置。トレーナーとの1対1の対話と独自のアセスメントを通じて、一人ひとりの目的やライフスタイルに合わせた運動提案、栄養や休養のフォローまで含めたトータルなサポートによって目標へと導いていきます。



③パーソナルトレーニング

～パーソナルトレーニングスタジオ (5F)

EMPOWERMENT GYM の名にふさわしい豊富な知識と経験を持ち合わせたトレーナー陣。渋谷・新宿でもご好評いただいているパーソナルトレーニング専用のスタジオも完備し、最高の環境で最高のセッションに専念できます。

※有料サービスになります。



■ 機能で分かれた2つのスタジオ

④A スタジオ (4F)

スタジオエクササイズの魅力を最大限に演出するエンターテインメントスタジオ。高揚感、集中力、リラゼーション、それぞれの目的に連動した最新の照明演出によって、プログラムの醍醐味をこれまで以上に愉しむことができます。



⑤B スタジオ (4F)

ファンクショナルトレーニングの無限ともいえるバリエーションを可能にする多機能スタジオ。フロアに描かれた様々な幾何学模様を駆使することで、自体重を活かした楽しく機能的なワークアウトを体感いただけます。



## ■ ストレッチの新機軸

### ⑥ TIP.X TOKYO STRETCH LAB

日本屈指のトレーナーチーム監修によって開発された TIP.X TOKYO オリジナルのペアストレッチ・メソッド。トップアスリートも実践している 6 つの効果的な手法を駆使し、“疲れにくくバランスの良い体へ”カラダの機能を根本から整えていきます。

※有料サービスになります。



### ⑦ ストレッチスペース

9 つに区切られた個別のスペースで、人の目を気にせずゆったりと自分のカラダと向き合うことができます。設置されたタブレット端末によって、カラダの状態や目的に合わせた最適なストレッチをセルフユースでナビゲートします。



## ■ “ボディ・スタイル・センスを磨く”空間デザイン

細部までこだわり抜いた空間デザインによって、五感を通じて都市生活者のココロとカラダをアップグレードできる『ティップ.クロス TOKYO 池袋』ならではの魅力を体感いただけます。

### 情報感度の高いエンパワーメントパーソンの感性に 呼応する「デジタルサイネージ」

エントランス・フロント・ジムと、あらゆる空間をデジタルサイネージで彩り、訪れる人のスタイル・センスを磨いていきます。空間装飾のみならず、動画を使った情報発信・ご案内等、最先端インフォメーションツールとしても活用しております。



### モチベーション・インスピレーションを刺激する BGM 「スペースシャワーTV」

日本最大の音楽番組専門チャンネルのスペースシャワーTVが、エントランス・トレーニングジム・ロッカーで各空間コンセプトに合わせた楽曲を提供。デジタルサイネージとシンクロさせながら、独自のテイストで音楽プロデュースしています。



『ティップ.クロス TOKYO 池袋』主なプログラム

『TIP.X TOKYO 池袋』の最新ワークアウト、おすすめプログラムをご紹介します。



ファンクショナルトレーニングフィールド

コア(カラダの支柱)の意識を高めながら、素早くカラダを動かすことにより、スムーズに思い通り動く機能的なカラダを作り上げます。脂肪燃焼・スポーツパフォーマンス向上・コーディネーション能力向上と、運動能力を高めていきます。



UNIVERSAL MUSIC WORLD DANCE

ユニバーサルミュージック所属の有名海外アーティストの楽曲に乗せて、プロモーションビデオさながらの本格的な振付とボディメイクを愉しむ、至極のダンス&ワークアウトプログラム！



スラックライン

ナイロンベルトの上で立ったり歩いたり様々な動作を行う、綱渡りとトランポリンを融合したようなスポーツ。遊びの要素をふんだんに取り入れ、楽しみながらバランス感覚を養い、シェイプアップにも効果的です。



SLOW JAM

スローテンポの音楽に気持ちよく溶け込みながら、スタイリッシュで美しい振付を堪能する新感覚のダンススタイル・ボディコンディショニング。ゆったりしたポーズによってカラダの深層にアプローチし、柔軟性を高め、美しい姿勢をつくります。



TRF EZ DO DANCERCIZE

DVDで150万枚を突破したあの“ダンス×エクササイズ”がバージョンアップ。エクササイズしながらダンスも踊れるように。ダンスをしながらスタイルアップ！



グラビティ ヨガ

専用アイテム「ボルスター」を使用することで重力に身を任せながら、独特の呼吸法によりカラダを内側からやさしく圧をかけてマッサージ。“リラクゼーション”“ケア”“メイク”、女性特有の目的に合わせたアサナで、いつでも快適な状態へと回復・調整、自身の持つカラダの可能性を引き出します。



BEAUTY WALK

綺麗な歩き方を実践するためのボディメイク&ウォークスキルプログラム。呼吸法やピラティスのエッセンスを応用することでカラダのクセや歪みを修正。女性らしい魅力的なカラダへとボディメイクをした上で、女性美際立つエレガントな歩行を習得していくクラスです。



HIIT BOX

サンドバッグを楽しく叩く発散プログラム。脂肪燃焼効果を促し美しいボディラインを手に入れるだけでなく、様々なツールを使いながら汗をかき、かつてない爽快感を味わうことができます。



GEAR STRECH

アスリートも愛用している最新ツール(=GEAR)を使う機能的なストレッチプログラム。日常のケアや運動前後のメンテナンスまで、各部位の動きの“歯車”(=GEAR)をスムーズにし、カラダの機能を活性化します。



パワープレート

前後・左右・上下の3次元振動によって筋肉に負荷をかける「加速度トレーニング」理論を応用した最新トレーニングマシン。筋力や柔軟性の向上、リラクゼーションまで、短時間で効率的なトレーニングが可能です。



TRX サスペンション

サスペンダー型のエクササイズツールを用いて機能的なカラダを作るトレーニング。自体重を利用することで、筋力・持久力・バランス・柔軟性・体幹を同時に鍛え、負荷を自由に変えながらのエクササイズが可能です。



6PACK

割れた腹筋を“カラダづくり”という観点のみならず、“社会的ステータス”を捉え、しなやかに引き締まった「見える腹筋」を目指す方々をサポートする完全オリジナルプログラム。

※プログラムスケジュールにつきましてはホームページ (<http://tip.x-tokyo.jp/ikebukuro/>) をご確認ください。

## 『ティップクロス TOKYO 池袋』 営業情報

## ■会員プラン・料金 (池袋店のみご利用の会員種類)

会員種類	月会費	ご利用時間	オプション
クロススタンダード	13,000 円 (税込 14,040 円)	全営業時間	対象レッスンへの優先参加 大型ロッカーのご利用 ご利用 1 回毎にタオル 1 セットのご利用
フレックス 6	9,500 円 (税込 10,260 円)	全営業時間(月 6 回)	ご利用 1 回毎にタオル 1 セットのご利用
デイトタイム		平日 10:00~17:30	
モーニング	7,000 円 (税込 7,560 円)	平日 7:00~10:30	

【入会諸費用】登録料:3,240 円(税込)、TIP GEAR 発行料:2,160 円(クロススタンダード会員のみ)

## ■基本情報

店舗所在地: 〒171-0021  
東京都豊島区西池袋 1-3-1  
東武百貨店パーキング 2 2~5F

営業開始日: 2014 年 4 月 5 日(土)

営業時間:  
平日 7:00~23:15  
土曜 9:30~22:00  
日曜・祝日 9:30~20:00

休館日: 毎月 10 日、26 日、年末年始

電話番号: 03-5992-2255

