



男性専用
予約制

加圧サイクル® トレーニング受付中!

安心・安全な米国FDA認可デバイス「KAATSU CYCLE」を使用し、適切に血流を制限した状態で行うトレーニング方法です。徐々に圧を上げ、加圧除圧を繰り返しながらトレーニングすることで成長ホルモンの分泌増加などにより、様々な効果が短時間・短期間・軽量負荷で期待出来ます。

米国FDAとは? アメリカの食品、医薬品局、医療機器等の安全性の許可、取締りを行う政府機関

カラダに嬉しいさまざまな効果が期待出来ます!

肩こり・腰痛 冷え性改善

新陳代謝が活発になり肩こり・腰痛や冷え性などの不調が改善します。

ダイエット 効果

太りにくい身体になります。またトレーニングによって筋肉が増え、脂肪が燃焼しやすい身体に!

美肌 アンチエイジング

肌のハリやツヤを取り戻し、脂肪のつきにくい身体にしてくれます。

筋力 アップ

軽い負荷で高い効果が得られるので、トレーニングを続けやすいのが特徴です。

回復力 アップ

骨折や肉離れなどのケガの回復が早まるという研究データがあります。

マンツーマン加圧トレーニング®指導

30分 ¥2,700 (税込)

初回お試し体験

(GOLD'S GYMで初めて加圧サイクル®トレーニングご利用の方が対象)

15分

お一人様
1回限り

無料!

※ビジター様は上記料金に別途施設使用料がかかります。※既往歴によっては実施できかねる場合がありますのでご相談ください。
※当日は、袖のあるウェアでお越し下さい。詳しくは店舗までお問い合わせ下さい。

「KAATSU TRAINING」のロゴマークおよび「加圧トレーニング」「加圧サイクル」は、KAATSU JAPAN 株式会社の登録商標です。

GOLD'S GYM®

加圧サイクル®トレーニング実施店舗一覧

スケジュールの詳細は各店舗までお問い合わせ下さい。

原宿東京店

☎03-5766-3131
東京都渋谷区神宮前6-31-17
ベロックスビル4F・3F・B2F

代々木上原東京店

☎03-3467-7272
東京都渋谷区西原3-8-5
アコルテ代々木上原内

代々木公園PREMIUM店

☎03-5454-2323
東京都渋谷区代々木
5-66-3

表参道東京店

☎03-5786-1818
東京都渋谷区神宮前4-3-2
表参道スクエアビル2-3F

東中野東京店

☎03-5348-6500
東京都中野区東中野5-1-1
ユニゾンモール2F

四ツ谷東京店

☎03-3234-2525
東京都千代田区六番町13番地2
桃園学園ビル

浜松町東京店

☎03-3434-2323
東京都港区海岸1-2-3
汐留芝離宮ビルディング2階

本八幡千葉店

☎047-320-2525
千葉県市川市八幡2-15-10
PATIO 8F

大宮さいたま店

☎048-650-1818
埼玉県さいたま市
大宮区桜木町2-1-1
大宮アルシェビル7F

戸塚神奈川店

☎045-869-1222
神奈川県横浜市
戸塚区戸塚町10番地
戸塚モディ6F

十三大阪店

☎06-6307-3222
大阪府大阪市
淀川区新北野1-9-15
ホテルプラザオーサカ内2F