

2022年4月28日

「Sport & Do Resort リソルの森」 トップアスリートも御用達の本格スポーツ施設 「MTC スポーツクラブ」営業時間拡大に伴い会員制度を刷新 「メディカルトレーニングセンター」の会員制スポーツクラブがますます利用しやすく！！

リソルグループ（グループ本社：東京都新宿区）の体験型リゾート施設『Sport & Do Resort リソルの森』では、最先端のトレーニング環境により世界各国のトップアスリートにご利用いただいている関東屈指の本格スポーツ施設「メディカルトレーニングセンター（以下、MTC）」の会員制スポーツクラブ「MTC スポーツクラブ」について、これまで新型コロナウイルス感染症の影響により平日 10:00-17:00 のみの営業としてまいりましたが、2022年5月1日より土日ならびに夜間（21時まで）の営業を開始いたします。

またこれに伴い、会員制度を「フルタイム会員」（月～日 10:00-21:00）、「デイトタイム会員」（平日 10:00-17:00）、「イブニング会員（月～日 16:00-21:00）」の3種類に刷新。ライフスタイルにあわせたご利用が可能となります。



会員種別

フルタイム

月会費 16,500円(税込)

ご利用日時

月曜日～日曜日 10:00～21:00

*夫婦でご入会の場合は、それぞれ1,100円引き。

デイトタイム

月会費 13,200円(税込)

ご利用日時

月曜日～金曜日 10:00～17:00

*平日が祝日の場合はご利用いただけません。

イブニング

月会費 11,000円(税込)

ご利用日時

月曜日～日曜日 16:00～21:00

◆約 2.5 倍に拡張された充実のフィットネスルームなど、プロアスリート仕様に 2020 年 フルリニューアル。

1985年のオープン以来、多くのアスリートから一般のお客さままで幅広いスポーツ需要に応えてきたMTCは、2020年にフルリニューアルを実施。改装前との比較で約2.5倍に拡充されたフィットネスルームには、豊富な種類のトレーニング器具が用意され、プロアスリートがトレーニングするような環境下でスポーツトレーニングを行うことが可能となったほか、3階にはランニングトラックと体育館、25m プールを配しています。また、400mトラックなどのアウトドアスポーツ施設もご利用いただけるほか、リラクゼーションスペースとして、サウナまで完備した温浴施設「長柄カ

ルナの湯」もご利用可能です。

◆会員ごとにカスタマイズされたパーソナルプログラムを提供。

「MTC スポーツクラブ」では、ご入会后、体調チェックやフィジカルチェック、メディカルチェック(オプション)を実施し、会員ごとにカスタマイズされたパーソナルプログラムを作成します。プログラムは、ヨガやピラティスから、体幹トレーニング、太極拳、プールを使ったアクアウォーキングなど、多彩なラインナップをご用意しています。また健康に欠かせない5つの課題「栄養」「運動」「ストレスフリー」「休養」「社会参加」をテーマとした、自由に選択できる豊富な無料プログラムもご用意しており、無理せず継続できる環境をご提供しています。

◆月々の会費が医療費控除の対象となることも。

MTCは厚生労働大臣認定の「指定運動療法施設」です。「MTC スポーツクラブ」での運動は「医療行為」として認められているため、運動療法を実施した際の利用料金(月会費)は医療費とみなされ、医療費控除の対象※となります。

※適用条件あり。

<医療費の控除について>

生活習慣病(高血圧・脂質異常症・糖尿病・虚血性心疾患)の方が、主治医の運動処方箋のもと、運動療法(準備中)をMTCで実践した場合、その施設利用にかかる費用は治療費とみなされ、所得税の医療費控除の対象となります。

※控除の条件

1. 週1回以上の8週間以上にわたって行なわれるもの
2. 主治医による運動処方箋の提示もしくは当クラブ提携医における診察、運動処方箋の発行、提示
3. 運動療法実施証明書への医師による署名、捺印
(提携医師による運動処方箋発行の場合は主治医の診断書持参の上、提携医療機関で診察を受けることが条件となります)

「メディカルトレーニングセンター」 会員制スポーツクラブ概要

■リニューアル日： 2022年5月1日(日)

■新会員制度：

フルタイム会員 月～日 10:00-21:00/月会費 16,500円(税込)

デイトタイム会員 平日 10:00-17:00/月会費 13,200円(税込)

イブニング会員 月～日 16:00-21:00/月会費 11,000円(税込)

■ご入会条件： 18歳以上で自立歩行ができ、健康上問題のない方

■会費に含まれる権利：フィットネスジム利用、3階多目的体育館利用、室内プール利用、長柄カルナの湯利用、ウィークリープログラム利用

■お申し込み方法： お電話にて受付のご予約をお願いいたします。

【電話】0475-35-3333

※電話受付時間：毎日 9:00～17:00

■所在：〒297-0201 千葉県長生郡長柄町上野 521-4

■アクセス： ・東京湾アクアラインから圏央道利用 「茂原長柄スマートIC」から約5分。
・東関東自動車道、京葉道路利用 千葉外房有料道路「板倉IC」から約5分。

■主な設備（インドア／アウトドア）：]



フィットネスルーム



ダンスルーム



室内 200mトラック



多目的体育館



室内プール



テニスコート



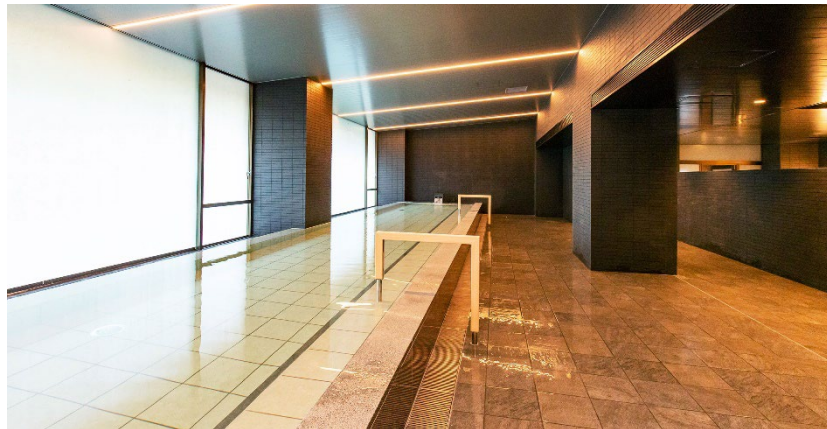
400mトラック



フィンネンバーン（ウッドチップのランニングコース）

■「長柄カルナの湯」について

人々の健康を守るという、ローマ神話の女神「カルナ」から名付けられた「長柄カルナの湯」。男性大浴場は開放的な半露天風呂、女性大浴場はリニューアルにより広さを1.5倍に大幅拡張しゆったりリラックスしてお楽しみいただけます。



■提供プログラム



ヨガ

静かな時間の中で心と体のバランスを整えながら、本来持つ免疫力と自然治癒力を高めていきましょう。



ピラティス

深い呼吸で基礎代謝を向上させましょう。身体の内側にある深層筋にはたらきかけるマットエクササイズです。



ルーシーダットン

こぼった身体や筋肉を、自分の身体を使ってほくほくしたり暖めたりするタイ発祥の健康法を行います。



ボールエクササイズ

マットの上でボールを使い、全身のストレッチや、筋肉をしなやかに整える体操をしていきましょう。



らくらく体操

首・首・背中・腰・膝周辺の痛みを軽減させることを目的としたストレッチと軽運動を行い、軽快に動ける身体を目指します。



呼吸ストレッチ

呼吸に合わせて動いていく全身のストレッチ、筋肉を整える体操です。



エイジレスストレッチ

美しい姿勢を保ち、緩やかな呼吸でアンチエイジングに効果的なストレッチを行います。



体幹トレーニング

体軸に沿った深部の筋肉を鍛え、美しい姿勢や怪我をしにくい身体作りを目指します。シェイプアップにも効果的です。



ボディコンディショニング

筋力、柔軟性の向上を改善するエクササイズとストレッチを行います。バランスの取れた身体を目指していきましょう。



太極拳

太極拳の基本的な歩法、手法、身法などを行います。どなたでも楽しく参加できるプログラムです。



アクアウォーキング

足腰に負担のかかりにくい水中で、浮力や抵抗を利用して歩いてみましょう。



アクアピクス

音楽に合わせて、水の浮力や抵抗を利用して運動しましょう。泳げない方も楽しめます。



フットコンディショニング

足裏、指をしっかりと動かし、疲れの軽減やパフォーマンスアップにも効果的な、脚からカラダを整えるクラスです。



エクササイズ KAZE

理学療法士監修のもと作られた即断体操と、ファンクショナルトレーニングを組み合わせて行うエクササイズです。



マインドフルネス

無我を目指すような宗教的な手帳や思考を取り払い、シンプルに今に集中し、マインドフル（意識をもつ）な状態になるための瞑想方法です。体をほぐし、心の安定を目指すプログラムです。



脂肪燃焼エアロ

呼吸を意識しながら効率良く脂肪をエネルギーに変えていきます。楽しみながら身体を動かせるクラスです。



バレトン

バレエ・フィットネス・ヨガを融合させたプログラム。脂肪燃焼、筋力向上効果があり、初心者でも簡単に参加できます。



ボディコンバット

パンチ・キックなど多彩な格闘技のアクションを取り入れたプログラムです。楽しく強く身体を動かしましょう。

『Sport & Do Resort リソルの森』について

◇所在：〒297-0201 千葉県長生郡長柄町上野 521-4

◇電話番号：0475-35-3333

◇アクセス：・東京湾アクアラインから圏央道利用 「茂原長柄スマートIC」から約5分。
・東関東自動車道、京葉道路利用 千葉外房有料道路「板倉IC」から約5分。

<本リリースに関する問い合わせ先>

リソルホールディングス株式会社 (RESOL グループ) 広報室/高橋 弘毅・長田 和将

TEL: 03 (3342) 0331 (直通) E-mail: press@resol.jp URL: <https://www.resol.jp>

公式 Facebook ▶ <https://www.facebook.com/RESOLHOLDINGS/>

[リソルグループでは、「人にやさしい」「社会にやさしい」「地球にやさしい」の3つのやさしいを推進しています。]