

リラクゼーション・整体料金 (税込)

基本メニュー

	オープン価格
15分… 1,620円	→ 1,300円
30分… 3,240円	→ 2,500円
60分… 6,480円	→ 4,900円
120分… 12,960円	→ 9,500円

※予約は30分以上に限ります

スペシャルメニュー

	オープン価格
30分… 4,860円	→ 3,900円
60分… 9,720円	→ 7,800円
90分… 14,580円	→ 11,000円
120分… 19,440円	→ 14,800円

スタジオ利用

ヨガ初心者からエアリアルヨガまで、ジュニアからシニアまで、ヨガのメニュー充実！
現在、広く多くのお客様にご利用いただけるリーズナブルな利用料で企画検討中！
※詳細が決まり次第、ホームページでお知らせいたします。お電話でもお気軽にお問い合わせください。

技術実地指導 (税込)

プライベートレッスン・グループレッスン (5名まで)

半日 (3時間まで) …20,000円 1日 (6時間まで) …35,000円

※当店指定会場以外の場合には、施設利用料や交通費が別途必要となることがあります。

専門のスタッフと健康・美容・運動を楽しく学びませんか？

スタッフ募集

(経験者・有資格者優遇)

- リラクゼーション・整体・タイ古式・リフレクソロジー・フェイシャル
- インストラクター (ヨガ・太極拳・エアロビ他)
体操・スポーツトレーナー・セミナー講師

スクール生募集

リラクゼーション・整体スペシャリストコース

※御希望の方は、当店まで電話、メールにてお問い合わせ下さい。

ご予約・お問合せ

TEL・FAX 0254-20-8150

Mobile 080-1352-1515

12:00~19:00 不定休 **P**あり

※営業時間は拡大を予定しております

〒957-0061 新潟県新発田市住吉町4-14-26

Mail godhandseitai@grumail.com

https://shibatagodhand.grupo.jp/

■ お気軽にお問い合わせください ■



JR西新発田駅から徒歩10分
新発田市循環バス バス停「住吉町4丁目」下車すぐ

健康・美容・運動のトータルエクセサイズスタジオ



健美楽

ゴットハンド整体

エクセサイズ スタジオ



9/1(土) OPEN

疲労回復・美容・身体能力向上のスペシャル整体セラピー
体が変わる楽しさ、美しさ、喜びをスペシャリストがサポート！

ごあいさつ

はじめまして。健美楽グループ・ゴットハンド整体の高橋徹です。

私は、滑走スポーツで初心者からアスリートまで、どのような指導を行えば上達が早まるかの研究を行い、実績を残してきました。また、私自身もインラインアルペン競技日本代表選手として、世界大会の第一線でレースを続ける中で、筋肉や関節など身体の仕組みと調整、体の不調時の調整など、多くのことを発見し実践してきました。

これらの経験に加え、日本各地のゴットハンドの著名な先生方の教えを習得し、更に当店オリジナルの施術の研究も続けています。

健美楽のスタッフと研究や研修を行い、お客様の健康や美容と楽しさのお役に立ちたいと思い、ゴットハンド整体・エクセサイズスタジオが、健美楽グループの1号店としてオープンさせて頂きました。健康に関するイベントをはじめ、さまざまな健美楽教室も企画していく予定です。

スタッフ一同、皆様のご来店、ご利用を心からお待ちしております。

初回500円引き
クーポン
[お一人様1回限り]



健美楽とは？

「健」康増進に努めます...

お客様ごとの生活習慣やお身体にあった方法を親身に考えて参ります

「美」を大事にいたします...

お客様の美容を第一に考えます。健康グッズも充実させていきます

「楽」しんでいただきます...

お客様の笑顔、スタッフの笑顔、皆が喜んで頂けるようにサービスを企画していきます

生体の調整力を活用

健美楽グループのゴットハンド整体では、身体機能を正しく整える理論と技術を活用しています。生体に本来備わっている調整能力に働きかけていき、アンチエイジング効果を最大限に引き出します。

これらの理論を自らのトレーニングにも取り入れ、インラインアルペン日本代表選手として活躍し、10代・20代の有力選手と同じ条件で戦い、アンチエイジング効果を自ら証明しています。



疲労回復 (基本メニュー)

捻れや硬縮した筋肉（いわゆる凝り）を弛緩して、老廃物や疲労物質の排出を促します。ゴットハンドの著名な先生方の理論と手技を学習・研究し、オリジナル開発した手技にて施術を行います。

※スペシャルメニューをご希望の方は、まずは基本メニューにて全身をチェックさせて頂く必要があります。



美容 (スペシャルメニュー)

沖田宏美先生開発 「顔の整体法」パーフェクトセミナーで、新潟県内でただ1人修了証を授与されています。熟練された3gから50gのストレッチを用いることで、皮膚から表情筋に刺激を与え、小顔効果や美肌効果も期待できます。

全身美容では、美脚・ウエストシェイプが期待できるメニューとなっています。

※スタッフ毎にアプローチが異なる場合がございます。お気軽にお問い合わせください。



身体能力向上 (スペシャルメニュー)

スポーツ競技をされている方から、これから始めてみようと考えている方まで、年齢は問わずおすすめです。

関節の可動域改善や筋肉の収縮スピードの改善、体軸や姿勢の改善で、スポーツパフォーマンス能力向上が期待できます。またバレエやフィギュアスケート等の表現系競技種目の方には、芸術的身体表現能力改善を目指します。身体能力向上と自重トレーニングやセルフケア指導を確実に実行することで、競技スキルの限界を越えることを目標とします。スポーツ・芸術表現能力向上を体感してみてください。楽器演奏家の方にも、音の表現力向上が期待できます。



スポーツ指導研究

SRIP団体の代表として活動し、スキーやスノーボード、ローラースケートなどの滑走運動やその指導方法の研究開発。初心者が極めて短時間で中級者の技術ベースを獲得できる指導法の研究や指導を行い、補助用具の考案及び使用法の実証実験に成功しています。

スキーでは、初心者にて1日の指導で、中斜面を滑ることができる指導法開発。インラインスケートでは、初心者にて数時間程度の指導で、平面を滑ることができる指導法開発。現在も、ジュニアを中心に指導を行っています。

体幹トレーニング理論を取り入れているため、年齢を問わず他競技への応用が可能となっています。



レンタルスタジオ

ストレッチの場合なら10名まで利用できるレンタルスタジオが併設されています。ヨガ、エアリアルヨガ（空中ヨガ）、ハワイアンフラ、体幹トレーニング、部位別エクササイズなど、プライベート利用やインドアインストラクターによるレッスンにご活用ください。

また、専門講師企画による、健康、運動、栄養、休養、サプリメントなどのセミナー開催も可能です。個人利用もできます。



技術実地指導

スキー、スノーボード、ローラースケートの体験もしくは技術向上をご希望の方には、プライベートレッスン、グルプレッスンが可能です。

他スポーツについては、ご要望をお伺いし、実施可能か検討いたします。



当店ご利用のメリット

当店は安心をモットーに、傷害保険に加入しております。

衛生管理を徹底します。タオル等はクリーニング専門会社に依頼しています。

当店では、JCB、VISA、MASTER等のクレジットカードに加え、WAON、SUICA等の電子マネーもご利用可能です（予定）。

[取り扱いクレジットカード]



[取り扱い電子マネー]



代表Profile



高橋 徹

【リラクゼーション資格】

(社)日本リラクゼーション業協会 リラクゼーションセラピスト

(社)日本能力教育促進協会 整体&セラピースペシャリスト

【競技歴】

国際ローラースポーツ連盟インラインアルペン競技世界選手権大回転決勝38位

同インラインアルペン競技スペインワールドカップ回転決勝36位

(社)日本ローラースポーツ連盟IAJC公認インラインスケートジュニアコーチ

元陸上競技トラック中距離選手

【指導歴】

日本体育協会公認スポーツ指導者

全日本スキー連盟 (SAJ) 公認スノーボード準指導員

SAJ公認スノーボード検定員

元SAJ公認スキーパトロール

元中学校保健体育科講師

元カナダスキー教師連盟公認スキー教師 (カナダ留学)

元プロスキースクール主任講師

【メディア取材履歴】

ウィンタースポーツ、ローラースポーツのジュニア指導や研究活動、インラインアルペン全日本大会、世界大会出場等で、新聞取材5回、ラジオ出演5回、月刊にいがたや広報しばた等の雑誌掲載やWEB記事掲載多数。