

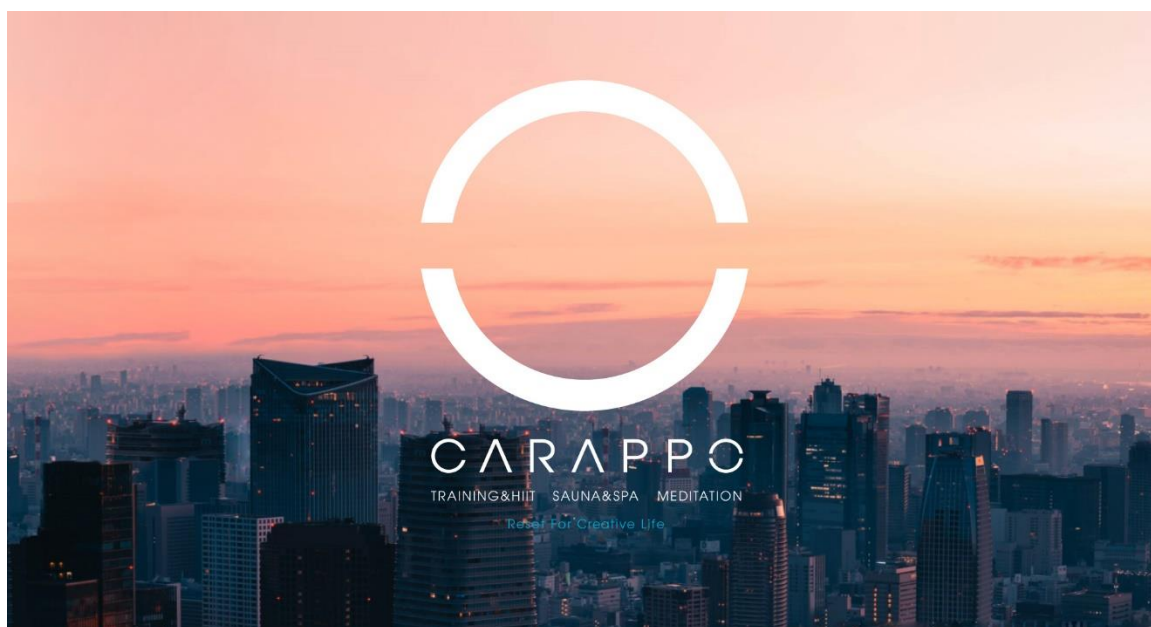
2024年10月1日

東急不動産株式会社  
株式会社スポーツオアシス

～新業態のウェルビーイング施設で"からっぽ"体験を提供～

## 「CARAPPO 虎ノ門ヒルズ」2024年10月1日開業

東急不動産株式会社（本社：東京都渋谷区、代表取締役社長：星野 浩明）が事業主となり、株式会社スポーツオアシス（本社：東京都墨田区、代表取締役：吉田 智宣）が運営する、総合ウェルビーイング施設「CARAPPO 虎ノ門ヒルズ（以下「本施設」）」が、2024年10月1日（火）、虎ノ門ヒルズ ステーションタワー5階に開業したことをお知らせいたします。



### CARAPPO とは - Well-Being ALL in ONE -

本施設はワンフロア 2,000 m<sup>2</sup>規模の会員制総合ウェルビーイング施設として、“Reset for Creative Life”というコンセプトのもと、『トレーニング、サウナ、メディテーション（瞑想）』の3つをすべて1つの施設内でご体験いただくことができます。日々、タスクや生産性を高めることを求められ緊張した生活を送っているビジネスパーソンや、日常において複数の役を担い非常に忙しく毎日を送る方のために、心身ともにリフレッシュした“からっぽ”な状態を作り、常態化しているストレスを解消し、深い解放感と内なる可能性を引き出します。ハイパフォーマーが無心に立ち返り、本来の自分へとリセットするコンテンツを提供します。

### CARAPPO を構成する 3 つのコンテンツ

#### < TRAINING & HIIT >

本施設には最新かつ最先端の設備（テクノジム社製）を揃えたトレーニングジムをご用意しています。ジムエリアでは各種トレーニングマシンに加えて、数十秒間の強い負荷の運動と、短時間の休憩や負荷を落とした運動を繰り返す“HIIT（High Intensity Interval Training）”プログラムを提供します。初心者から上級者まで幅

広い体力レベルに合わせた1クラス30分または45分のプログラムを通じて、忙しいワーカーの方でも効率的に運動の成果を得ることができます。短時間・高強度のトレーニングに集中することで大きな達成感を得るとともに、心身を思考や悩みから解放し、“からっぽ”な状態へと導きます。

その他、5室設けられた専用個室でのパーソナルトレーニング※も提供します。パーソナルトレーニングは株式会社PCPとタッグを組み、最先端で働くビジネスパーソンのパフォーマンスアップにフォーカスします。※パーソナルトレーニングは入会金・会費とは別料金です。



フリーウェイト設置エリア

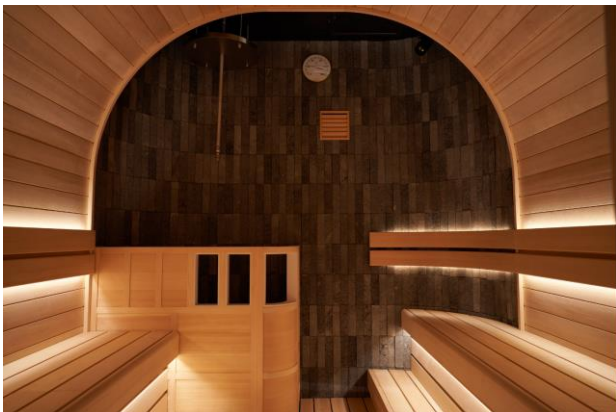


HIITスタジオ

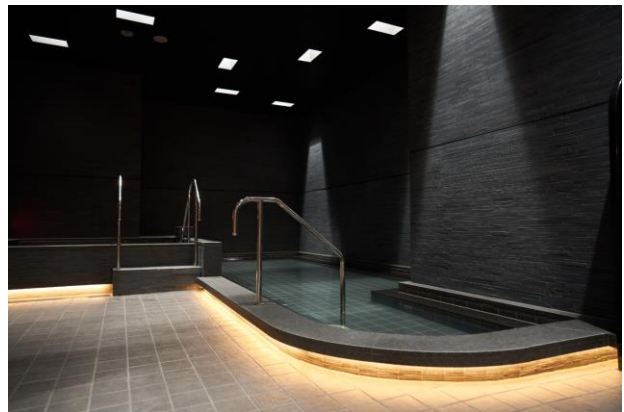
### <SAUNA & SPA>

本施設では、極上の“ととのい”を味わっていただける充実したサウナ施設をご用意しています。“無”に近づくための2種類の趣が異なるサウナを浴室エリアに設けるほか、サウナ・冷水シャワー・パウダールームをすべて1室に完備したプライベートサウナ※もご提供しており、その日の気分にあわせてご利用いただけます。また、サウナ後の“ととのい”スペースとして、浴室エリアでは枯山水や苔庭をモチーフにした2種類のととのい部屋をご利用いただけます。浴室エリアには水風呂や高濃度炭酸風呂もあり、サウナと共に体験することで心を“からっぽ”に解放することができます。

※プライベートサウナは入会金・会費とは別料金です。今後、会員以外のご利用者様にも提供予定です。



KU サウナ（女性浴室内）



炭酸泉風呂、水風呂（男性浴室内）

## <Meditation>

専用のスタジオで専門家が監修したマインドフルネスプログラムやヨガプログラムを体験できるのも本施設の魅力です。CARAPPOのマインドフルネスでは、水や宇宙など枯山水の世界観を表現した幻想的な空間で日常の喧騒から離れ、「いまここ」の呼吸を感じ、静かに自己と向き合う時間を作ることで、本来の自分自身を取り戻していきます。さらには、マインドフルネスを習慣化することで、感情や雑念に振り回されず、自らのパフォーマンスを最大化していく力を高め、よりクリエイティブな人生へと導いていきます。

メディテーションスタジオ内の空間演出は CARAPPO オリジナルです。音、映像、照明が連動する空間で光や音に包まれ、瞑想体験をより深めることができます。



メディテーションスタジオ（プログラム「Flow」）



メディテーションスタジオ（プログラム「Void」）

## <ON/OFF を切り替えるラウンジ：ENGAWA>

本施設に入ると、まず広々としたラウンジ空間がご利用者様をお迎えします。「縁側」をコンセプトにデザインしたラウンジは、外部空間（ON の状態）と本施設（OFF の状態）との中間地帯として、施設利用の前後で気持ちを切り替えていただく空間です。

「トレーニング前にメールチェックを済ませたい」、「スッキリした状態で思いついたアイデアをまとめたい」等のニーズに応じた時間をお過ごしいただけるよう、テーブルごとにコンセントを設けており、短時間のワークスペースとしてご活用いただくことも可能です。

カウンターには無料の炭酸水サーバーが設置されているほか、オリジナルのスムージーやプロテインドリンクのサービス※も提供します。素材にこだわったドリンクで、体内からリフレッシュしていただき、充実したラウンジ体験をお届けします。

※スムージー・プロテインドリンクは入会金・会費とは別料金です。



ONとOFFを切り替えるラウンジ



カウンターにて提供するスムージー（左から「トマトオレンジ」、「ブルーベリーパープル」、「ハウレンソウアボカド」）



## <CARAPPO の世界観を体現する洗練されたアメニティ>

本施設では、アメニティもこだわりをもって選定しています。シャンプー、コンディショナー、ボディソープは「Waphyto (ワフィット)」を採用。「Waphyto」はフィットセラピー (植物療法) の考え方をもとに、肌や髪、身体への確かな効果を追求しながら、天然由来・植物由来の原料を可能な限り採用し、容器や販促物すべてにおいて、環境負荷の少ない選択をしています。

スキンケア商品は「OSAJI」を採用。皮膚科学を重視し、健やかで美しい皮膚を保つため、真に安全な化粧品を目指し作られた製品で、お客様の心身の豊かさをサポートします。また、新たな取り組みとして、使用済みのプラスチック容器を回収し、洗浄→粉碎→樹脂化を経て、新たな化粧品ボトルとして再生する仕組み「BEAUTYCLE (ビューティクル)」の導入も発表しており、積極的な環境配慮へ取り組んでいます。

さらに、本施設のシャワーヘッド、ドライヤーは「BEAUTY ENTERTAINMENT」をコンセプトに優れた美容アイテムを世に送り出している「ReFa」の製品を使用しています。

こうして本施設の洗練されたコンセプト、空間を備品類まで落とし込み、ご利用者様の快適なウェルビーイングライフをサポートします。



浴室設置アメニティ「Waphyto」



パウダーコーナー設置アメニティ「OSAJI」



「ReFa」シャワーヘッド



「ReFa」ドライヤー

### <ホテル虎ノ門ヒルズとの相互連携>

本施設は、虎ノ門ヒルズ ステーションタワー内に位置する「ホテル虎ノ門ヒルズ アンバウンド コレクション by Hyatt」(総支配人：ギヨーム・ポピー、以下「ホテル」と連携し、ホテルにご宿泊のお客様のウェルビーイングライフをサポートします。また、本施設の個人会員様は、ホテル内のレストラン&カフェ「ル・プリスティン東京」を特別にご優待料金でご利用いただくことができます。これらの取り組みを通じて、グローバルプレイヤーに新しいライフスタイルの提案を図ります。

※ご利用は、本施設の営業時間内に限られます。

HOTEL  
TORANOMON  
HILLS



LE PRISTINE  
TOKYO



### CARAPPO アンバサダーボードのご紹介

日々刻々と変化するウェルビーイングへの要求にこたえるため、CARAPPO ではさまざまな業界のさまざまなプロフェッショナルにご協力いただいております。ご利用者様の日々のリセットをサポートするべく、CARAPPO チーム一丸となって”からっぽ”体験をお届けしていきます。

### <TRAINING>



テクノジム

1983年に創立されたテクノジムは、ウェルネスとフィットネス業界において優れたデザインを呼び技術を有する製品とサービスを提供する世界的なリーディングカンパニー。100カ国以上で事業を展開している。



吉田輝幸

株式会社 PCP 代表取締役 CEO

パーソナルトレーナーの第一人者。数多くのアスリートやアーティスト、経営者のパーソナル指導の実績がある。現在はビジネスパーソンのパフォーマンスアップに積極的に取り組んでいる。

## <SAUNA>



増田将星

株式会社 ZEN ENTERPRISE 代表取締役/ZEN VAGUE 創業者

27歳で起業し、ブランディング会社を設立。現在、企業のブランドコンサルティング、経営戦略を担当しながら伝統文化×ウェルネスをテーマに自社ブランドや文化的多様性の保全、促進を目的としたグローバルプロジェクトの立ち上げも行っている。

## <MEDITATION>



吉田昌生

マインドフルネス瞑想講師/作家/一般社団法人マインドフルネス瞑想協会 代表理事スポーツクラブにプログラム監修、企業研修、瞑想アプリの監修多数。養成講座を開催し、マインドフルネス瞑想の指導者を育成している。

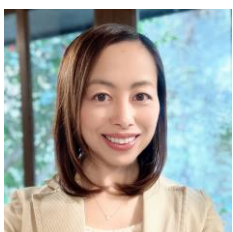


萩野淳也

一般社団法人マインドフルネスリーダーシップインスティテュート (MiLI) 代表理事  
多摩大学大学院 MBA 客員教授、Wisdom2.0Japan 共同創設者

リーダーシップ開発、組織開発の分野で、上場企業などのリーダーシップトレーニング、コンサルティング、エグゼクティブコーチングに従事。マインドフルネスなどの手法を用い組織リーダーの変容を支援し、会社や社会の変革を図っている。

Google が開発したマインドフルネスプログラム Search Inside Yourself 認定講師。



岩濱サラ

マインドフルネス・アーキテクト株式会社代表取締役、一級建築士

マインドフルネス&コンパッションを基盤にした場づくり、コミュニティ空間/メディテーション空間/葬儀空間の企画・設計・プログラム設計・運営支援を行う。

Think Space 鎌倉、鎌倉ワーケーション WEEK を主宰し、ウェルビーイングな働き方を推進している。

## <CARAPPO 虎ノ門ヒルズ会員プラン>

### ■料 金

入会金：33,000 円（税込）

月会費：36,000 円（税込）

### ■内 容

本施設を全営業日/全営業時間ご利用いただけるスタンダードな会員プランです。

タオルレンタル、HIIT プログラムのご利用、メディテーションスタジオのご利用も含まれます。

※ウェア、シューズのレンタル費用、パーソナルトレーニング費用はオプションとなります。

その他、各ヒルズのオフィステナント企業の従業員様向けのお得なプランもご用意しています。

詳細は公式 HP 内、「MEMBERSHIP FEE」のページをご覧ください。

<https://www.carappo-official.com/membership-fee/>

< 物件概要 >

名 称：CARAPPO 虎ノ門ヒルズ

所 在 地：東京都港区虎ノ門 2-6-3 虎ノ門ヒルズステーションタワー5F

交 通：東京メトロ 日比谷線 『虎ノ門ヒルズ』 駅 直結

営業時間：月～金 7:00～23:00 土日祝 9:00～21:00

※休館日：第 2・第 4 日曜日、年末年始、施設メンテナンス日

竣 工：2024 年 8 月

設 計：株式会社丹青社

施 工：株式会社ラックランド

公式 HP：<https://www.carappo-official.com/>