

高気圧

2時間で6時間分の睡眠効果!!

プロアスリートも練習後のケアに愛用!!!

酸素ボックス導入

1. 疲労回復

高濃度の酸素を取り入れることで、体内の酸素供給が向上し、疲労物質(乳酸など)の代謝が促進されます。運動後や長時間の労働で感じる疲労感の軽減に役立ちます。

2. 集中力・思考力の向上

脳は酸素を多く消費する器官であり、酸素供給が十分であると脳の働きが活性化されます。そのため、集中力や思考力の向上が期待できます。

3. 怪我の回復促進

酸素は細胞の修復や新陳代謝をサポートするため、筋肉や関節の回復を早める効果があるとされています。アスリートがケガからの回復を目指して利用することが多いです。

4. 睡眠の質向上

酸素供給が改善されることで、睡眠中の体の修復プロセスが円滑になり、深い睡眠が得られやすくなることがあります。

5. 美容効果

酸素は血流を促進し、細胞の再生をサポートするため、肌のトーンが明るくなり、ハリや潤いが改善される可能性があります。

6. ストレス軽減

酸素濃度の向上によりリラックス効果が得られるため、ストレスや不安感の軽減にもつながります。

7. 代謝の向上

体内の酸素量が増えることでエネルギー代謝が活発になり、運動効果が高まるほか、ダイエットのサポートにもなると考えられています。

都度利用

- 30分:550円
- 60分:1,100円

11月から60分
回数券が
更にお得に!

回数券(5回分)

- 30分回数券:2,200円
- 60分回数券:4,400円

※1回あたり440円

※1回あたり880円

サブスクリプション(毎日利用)

- 30分サブスク:4,400円
- 60分サブスク:8,800円

※1回あたり169円

※1回あたり338円
※26日営業換算