

仕事を楽しめれば人生も楽しい

2011年3月1日発行(毎月1日発行)第6巻第3号通巻40号

GOETHE

3[ゲート]

March / 2011 750yen

Hisashi Iwakuma × Aston Martin

特集 ▶ ここまで来たか!?

日本が誇る 超豪華 | 海外の奇想天外

人間ドック vs メンテナンス術

韓国 2大スター
interview

賞金王
キム・
キョンテ

BIGBANG
T.O.P

楽天
岩隈久志
メジャー交渉決裂の真相

男たちの

愛して 来ない

クルマ偏愛19人

& 自動車会社社長16人の
プライベート・カー

クルマ

オリジナルメニューほんの一例



① 10分乗るだけで1時間の運動量!

三次元に微振動するパワープレート「ガリレオ」の上に乗ってトレーニング。心拍数も上げず、関節に負担もかけず、全身のコア筋肉を鍛えられる。



② 色と音楽と香りで頭と身体をリセット

体温と同じ温度の海水の中に浮かぶ。プール内部がアツい色、音楽、香りに変化するうち、心身が完全にリセットされるというから不思議。



③ 海を眺めながら筋力も柔軟性もアップ

目の前に広がる青い空と海を見ながらのヨガ。数あるヨガのなかでも、男性向けのヨガはハード、筋力も柔軟性もアップで一挙両得だ。

が1カ月で6kgの減量に成功した記録もある。この施設の利用は、ミニマム2名から。広大な敷地をふたりきりで借り切り、あらゆるメニューを1日中楽しむことが可能。トレーニング中、気付けば冷たいおしぼりを、そして絞りたてのフレッシュジュースを差し出される。文句なしのホスピタリティとエクスクルージブな環境で、開放感溢れるメンテナンスを。



1日1組限定の大邸宅で より健康的になる



ノースショアの高級住宅地ブ
ブケアの丘にそびえる5・
2エーカーの大邸宅。ここはも
もとハワイ最大手スーパーマーケ
ットのオーナー一族が建てた別荘
で、かつてエルビス・プレスリー
が映画「ブルー・ハワイ」の撮影中
に滞在したことも有名。現オー
ナーは自然派化粧品で大成功を収
めているブランドの創設者とか。
現在、この施設は1日1組の予
約しか受け付けない、なんとも贅
沢なスパ施設である。そして注目
したいのが、ドイツ製パワープレ
ート「ガリレオ」を使うメニュー。
1秒間に25回以上もの三次元振動
によって、心臓に負担をかけず、
コアマッスルが鍛えられるマシン。
これを1日10分、砂糖抜き食事、
ヨガという単純メニューでゲスト



The Sullivan Estate & SPA Retreat
 @ 59-338 Wilinau Rd. Haleiwa ☎ +1-808-638-7020
 最低2名以上(最大12名)で予約を。@ ビュリファイド
 ライト(6時間半) \$720 など。www.sullivanestate.com