

# Club Information

クラブインフォメーション

2023.10



Halloween

## 特集

# オーダーメイドサポートプログラム 【モニター（1カ月）結果発表】

2023年6月～7月に実施致しました「オーダーメイドサポートプログラム1カ月モニター」に参加された皆様の結果と率直な感想を掲載致します。貴重なご意見を参考に、今後は、プログラムの二層の充実を図って参ります。

2カ月  
継続中!

**体脂肪量-3.5kg!  
動かしやすい  
身体に変化!**

コース

スリム&ビューティ

女性会員様

2カ月  
継続中!

**体重-5kg、  
脂肪率・筋肉量等が  
劇的に変化!**

コース

パフォーマンスアップ

男性会員様

- ・1カ月で3キロ減量为目标
- ・リハビリ
- ・怪我の予防

基本的な説明だけでなく、もう少し、踏み込んだ専門的な説明があっても良かったと思いました。

目標水準まで体重を減らす事が出来、管理栄養士のレベルが、とても高いと感じました。

毎回アドバイスを受け入れて、お料理上手な点を活かした色々なメニューを作られていました。私も勉強になりました。

自分の足りない部分をしっかり見つけてくれて、身体が動かしやすくなりました。

**\*齋藤圭トレーナーから**

集中してトレーニングされてきました。

ケガの改善及び筋力強化に繋げる事が出来ました。

今後も継続して頂きたいと思います。



- ・上半身の筋肉をつけたい。
- ・体重を落としたい。
- ・脂肪を落としたい。

遺伝子検査の結果についての説明と、結果をもう一度読み直す事で、更に理解を深める事が出来ました。

週2回のカロミルのアドバイスは、とても参考になりました。

食材の選び方・メニューの組み合わせ等が、大分改善されたと思います。今後の日常生活にも定着させ、結果に繋げて下さい。

指導がきつい時もありますが、甘いと逆に続けられず、私の意を汲んだプログラムを毎度考えてくれて良かったです。

**\*上野勇之介トレーナーから**

ハードなトレーニングも最後までこなし、他の方からも「痩せたね」と伺いました。習慣を定着させる為にも、このまま継続して頂きたいと思います。



運動習慣が身に付きました。

結果も顕著に現れたので、この機会に、2カ月継続して、食事管理と、筋トレを中心にトレーニングに取り組んでいます。

モニターに  
参加した動機

遺伝子検査  
について

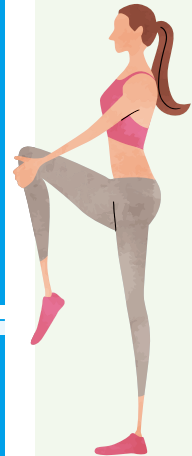
栄養指導に  
ついて



管理栄養士  
桑原 裕子  
のコメント

トレーニングに  
ついて

プログラム  
全体を通して



2カ月  
継続中!

## ウエスト-4cm、 運動習慣の定着!

コース  
スリム&ビューティ

女性会員様

- ・体重を減らしたい。
- ・運動を習慣化したい。
- ・腰痛の改善

遺伝子検査の結果の説明を受けて、納得出来る点が多く、食事改善と運動習慣への意識が高まった。

調理方法をはじめ、食事の選び方・摂り方が参考になった。

私からのアドバイスで、少しずつ献立が改善されている事が分かりました。1カ月と短期間でしたが、継続すれば、確実に結果に繋がると思います。

トレーニングの仕方が良く分かった。ただ、運動音痴なので、少々キツかった。

### \*齋藤圭トレーナーから



クラブに入会されたばかりで、トレーニングの習慣があまりなかったのですが、今回のモニターをきっかけにジムでのトレーニングを習慣化して欲しいですね。

腰痛があるので、医師から運動する様に言われ、モニターに参加し、良いきっかけになった。正しい食生活と運動習慣を意識しながら、クラブに通いたい。

2カ月  
継続中!

## ウエスト-3.9cm! 姿勢改善・柔軟性アップ!

コース  
スリム&ビューティ

女性会員様

遺伝子検査に基づいた栄養指導や、トレーニング指導に興味があり、モニターに参加しました。

遺伝子検査の結果に対して、丁寧な説明と具体的なアドバイスを頂け、とても満足しています。

栄養バランスの大切さを痛感しました。もっとアプリを活用し、積極的に取り組めば良かったと思いました。

数値だけではなく、「動きや姿勢が良くなった」「良く眠れる様になった」等、成果を実感して頂けました。これからもアプリを活用して取り組んで下さい。

姿勢が良くなり、身体の関節可動域が広がり、柔軟性がアップしました。

### \*松本彩トレーナーから



トレーニングやストレッチを、出来るまで何度も取り組む忍耐力と継続力が素晴らしいと思いました。その結果、体のラインが、とても美しくなりました。

栄養指導の大切さを実感しました。また、パーソナルトレーニングの効果の高さに感動しました。2カ月継続して、栄養管理・トレーニングに取り組んでいます。

2カ月  
継続中!

## 体脂肪量-3kg、 膝の痛みも軽減!

コース  
スリム&ビューティ

女性会員様

- ・減量・体脂肪量を減らしたい
- ・膝を痛めているので、低負荷でトレーニングしたい。

現在の状態だけではなく、遺伝子の傾向を教えて頂いた点が、今後の生活習慣にとっても参考になった。

栄養指導で改善点等のアドバイス、不足している栄養素の具体的なメニューを教えてくださいました。

献立が少しずつ改善されてきました。今後、アドバイスさせて頂いた中から1つでも良いので、取り組んで頂きたいと思います。

足りない部分のトレーニングやアドバイスをして下さるのが良かった。

### \*五十嵐敬一トレーナーから



膝痛や多忙なスケジュールの中、週1回の加圧トレーニング・加圧ウォークで短時間・負荷を掛けずに効率的にトレーニングを行えました。1ヶ月で体脂肪が劇的に落ちました。

運動と食事のサポートで結果が出て、モチベーションも上がりました。膝痛も軽減されたので、2カ月継続して、頑張っています。





## 改善・進化へのモチベーションUP!

コース

スリム&ビューティ

女性会員様

## ウエスト-2cm、太腿-3.5cm、腕回り・下半身がスッキリ!

コース

スリム&ビューティ

女性会員様

## 体脂肪量-2.4kg、膝への負担が軽減!

コース

スリム&ビューティ

女性会員様

- ・パフォーマンスアップ
- ・体脂肪率の減少
- ・食事管理

遺伝子検査結果の説明の際に、事前にまとめておいた質問内容が、大変、役立った。

質問してからの回答にタイムラグがあり、もう少し頻繁にやりとりが欲しかった。

食事管理に対する意識がとて高くと感じました。

質問も具体的で、回答に対し、すぐに前向きに取り組まれました。

下半身や体幹のトレーニングを中心に行った。筋肉量が少ない事が分かったので、今後、筋トレの強度を上げて続けたい。

**\*齋藤圭トレーナーから**

トレーニングに慣れている為、難易度の高いメニューに集中して行えました。今後も継続して下さい。



食事を減らしても体脂肪は落ちない年齢になり、最も大事なものは質の良い食事とトレーニングを組み合わせる事が分かった。

- ・体脂肪減少
- ・腕回りの引き締め
- ・お腹の引き締め

検査結果の説明は良かったのですが、もう少し時間を取って、詳しい説明が欲しかったです。

回数は少し増やしても良いと思います。また、毎食の事なので、すぐに次の食事のアドバイスが欲しいですね。

朝食をバランス良く摂る様になる等、食習慣の見直しが図られたと思います。

ご質問も多数頂き、積極的でした。

無理なく取り組めて、良かったです。腕回りや下半身が引き締まり、モニター前に比べて、身体が動きやすく、軽くなった気がします。

**\*斉藤弘明トレーナーから**

今後もクラブでのトレーニングやレッスンを通じて、健康的な日常生活を送って頂きたいと思います。



1カ月のサンプル献立があれば、更に良かったですね。今後は、栄養指導で学んだ事を活かし、健康的な食生活を習慣化したいと思います。

- ・体重を落としたい。
- ・脂肪を減らしたい。
- ・体力の向上。

自分のメンタルの傾向や、体質を知る事が出来、腑に落ちました。食事管理や運動の指針が立てやすくなった。

日々の食事で不足している食材や組み合わせを教わり、レパートリーが増えました。

「献立を作る事が、苦痛にならなくなった」「普段使わない食材を使う様になった」等、改善され、結果に繋がりました。

正しい姿勢や筋肉の使い方が分かり、本当に良かったです。

**\*松本彩トレーナーから**

運動センスがとて良く、説明した事がすぐに出来るスーパー優等生でした。回数を重ねる毎に動きもスピーディーになり、身体もスッキリしました。



このような機会がなければ、老化の速度が早まっていたと思いました。脂肪燃焼チャレンジで4位になる事が出来ました。

モニターに参加した動機

遺伝子検査について

栄養指導について



管理栄養士  
桑原 裕子  
のコメント

トレーニングについて

プログラム全体を通して

### トレーニング担当スタッフ



さいとう けい  
齋藤 圭

一番印象的だった点は、「これまでの食生活を見直すきっかけになった」というご意見でした。

普段ジムでトレーニングをしている方でも、食事の指導の機会はなかなか無いと思います。

是非、ご興味ある方はこのプログラムに参加して頂ければ嬉しいです。

### トレーニング担当スタッフ



いがらし けいいち  
五十嵐 敬一

遺伝子検査に基づき、一人ひとりの目標に合わせた食事指導やトレーニング指導を行う点が、このプログラムの大きな特長です。

参加された皆様は、個別の目標に対して、短期間ながら、結果を出されました。

一人でも多くの皆様に、ご自身で成果を実感して頂きたいと思います。

### トレーニング担当スタッフ



うえの ゆうのすけ  
上野 勇之介

参加された方々が、『身体を変える』という事に前向きでした。疑問点や、効率を高める方法等、質問を受けました。

短い期間でも食事管理、トレーニングをしっかりと行えた方は1カ月という短い間でも明確に違いが出ました。

皆様の頑張りに感謝すると同時に、これを機に継続して、ご自身の身体について、考えて頂きたいと思います。

### トレーニング担当スタッフ



まつもと さやか  
松本 彩

参加された皆様の熱意に、感動しました。具体的には、ご自身の身体を変えたいという想いがとても強く、トレーニング中も「この動きは何に良いか」という質問を受けました。

身体の使い方等も理解して頂き、日頃から意識する事で、パフォーマンスを上げて結果を出す事に成功しました。

### 管理栄養士



くわはら ゆうこ  
桑原 裕子

管理栄養士／健康科学修士／至学館大学大学院非常勤講師

至学館大学健康科学研究所客員研究員  
プロゴルファー谷原秀人、神奈川大学女子水泳部(インカレ2020優勝チーム)等の栄養管理指導を担当。

リバティヒルクラブでは、2021年10月より、食事指導を行っている。

### トレーニング担当スタッフ



さいとう ひろあき  
齋藤 弘明

運動、食事、休養は、健康な身体を作る要因です。食事の内容を見直す事が、変化への第一歩です。

食事から得られる栄養は、トレーニングにも影響を及ぼします。

目的に応じたトレーニング内容を、その先も続けていける様に説明致します。

これからも参加される方が楽しく身体を動かせる様サポートして参ります。

## 自宅でのトレーニング法を教わり、忙しい時でも意識する様に！

### コース

スリム&ビューティ

女性会員様

仕事が忙しい為、運動をする頻度が減っても食事で体重を減らしたい。

遺伝子検査結果は、説明を受けて、理解する事が出来ました。

多忙の為、きちんと記録する事が出来ず、栄養指導を多く受ける事が出来なかった。

ご多忙にも関わらず、食事を撮影されていた。

普段のご自身の食生活を振り返る良い機会となったと思います。

時間が取れず、運動の時間が減った事が、残念だった。

### \*上野勇之介トレーナーから

最初はトレーニングに抵抗があった様でしたが、ご本人に合ったトレーニングを提案していくと、淡々とこなされていました。今後も運動する時間を作って頂きたいです。

プログラムを楽しみながら、取り組む事が出来ました。

ただし、なかなか時間が取れなかった点が残念でした。

# My Favorite

～私のお気に入り～

## 第149回：男性会員 様

親子で、開放感のある屋上テニスコートで、テニスを  
楽しんでいる男性会員様。

——リバティヒルクラブに入会された  
きっかけは、何でしたか？

自由が丘インターナショナルテニスカレッジ  
(JITC)に在籍中、リバティヒルクラブの  
ルーフコートでプライベートレッスンを受け、  
クラブを知りました。

多くのコートはオムニコートだと思います  
が、リバティヒルクラブは、都内でも珍しく、  
ハードコートが屋上にあります。眺望が良く、  
開放感のある点が気に入って入会しました。

——リバティヒルクラブでの過ごし方を  
教えてください。

平日・週末に関わらず、時間がある時は、  
テニスのレッスンを受けています。

リバティヒルクラブでは、レベル別のレッスン  
プログラムが多数用意されており、「ソシアル  
テニス」・「ゲーム&レッスン」等に参加して  
います。

参加者の年齢層も広く、また定員が6人と  
少人数制なので、気軽に会話出来る点も良い  
ですね。

週末はレンタルコートを活用して、子供と  
テニスを楽しんでいきます。子供も元々  
JITCへ通っており、「コーチではなく、パパ  
とテニスをした」と言い始めた事がきっかけ  
でした。

リバティヒルクラブでは、ジュニア用のテニス  
ボールが常備されているので、子供への負荷が  
少なく上達も早い様です。

また、家族三人で、ソルフエージュで食事を

楽しむ事もあります。特に野菜にこだわった  
お料理は、美味しいですね。

——ご趣味についてお聞かせ下さい。

前述のテニスが一番の趣味です。今年7月の  
テニスのクラブチャンピオンシップにも初めて  
出場しました。

お酒も趣味の一つです。知人のシヨットバー  
等に立ち寄り、主にウイスキーやワインを  
味わっています。

今は、スコッチウイスキーの中でも強いピート  
香のアイラウイスキーを嗜む事が多いです。

赤ワインでは、重みのあるイタリア産  
ピエモンテ地方のネッピオーロがとても気に  
入っています。白ワインは、スッキリとした  
フランス産のシャルドネが好みですね。

ソルフエージュでも、定期的に佐藤ソムリエの  
ワイン講座を行っている様です。今後、参加  
したいと思っています。

——クラブでこれから挑戦したい事について  
お聞かせ下さい。

次回のテニスクラブチャンピオンシップにも  
出場して、是非とも勝ちたいですね。

ゴルフも再開する為に、ドライビングレンジ  
でレッスンを受けたと思います。

また、ウエイトトレーニングやパーソナル  
トレーニングも始めたいですね。ストレッチ系  
のプログラムも興味があります。

そして、クラブでゆっくり過ごす時間も作り  
たいと思います。



ご家族でレストラン「ソルフエージュ」を  
ご利用頂き、有難うございます。ワインの  
銘柄も多数ございますので、お気軽にお声  
掛け下さい。また、ご好評頂いているワイン  
講座にも、一度ご参加頂きたいと思ひます。

さとう まさゆき  
レストラン『ソルフエージュ』 佐藤 雅之



お子様とテニスを楽しんでいる会員様。  
これからも、テニスを通じて素敵な時間を  
過ごして頂きたいと思ひます。また、クラブ  
チャンピオンシップでの勝利を目標に、  
レッスンも継続してご参加下さい！

ふるかわ つとむ  
テニスコーチ 古川 努



【聞き手】  
カスタマーサービス課

おざき しょうさく  
尾崎 周作

My Favorite掲載のインタビューに、応じて頂けるメンバー様を  
募集致しております。フロントスタッフまで、お気軽にお願い致します。



# 2023夏のエンジョイゴルフ

『よみうりゴルフ倶楽部』 2023年8月24日(木)



●暑い最中でしたが、皆さんと一緒に、プレーを存分に楽しむ事が出来ました。

●よみうりゴルフ倶楽部は、クラブからも近いので、気軽に参加出来る点が良いですね。

●親睦会での参加者のプレーの録画では、芦川プロのスウィングチェックが参考になりました。

# お江戸文化歴史講座 第29回ガイドツアー

『謎解き・紐解き 豪徳寺・池上本門寺』 2023年9月14日(木)



▲豪徳寺三重塔の前にて



▲池上本門寺宝塔前にて



▲池上本門寺山門にて



▲豪徳寺の招き猫の前で



▲「すき焼き今半」池上本門寺店にて

●9月に入っても炎天下でしたが、井伊家に縁のある2つのお寺を散策する事が出来て、とても良い機会でした。

●お食事のすき焼き御膳で、疲れが吹っ飛びました。夏のすき焼きも、なかなか良いものですね。

●当日は10,000歩以上歩きましたが、翌日はラジオ体操に参加しました!

●今回も充実しており、次回のツアーが今から楽しみです。今後、史跡に加えて、パワースポット等も企画して欲しいですね!

貴方の旅のスタイルに合わせたバケーション創りのお手伝いをさせていただきます。何なりとお申し付け下さい。

## 旅のご相談はリバティヒルバケーションへ(フロントにお問い合わせ下さい。)

LHVでは、「テーマのあるバケーション」創りにも力を入れています。お客様の旅の目的やご希望を実現出来る様に、オーダーメイドの旅創りをお手伝い致します。さあ、次の旅はどんなプランをお考えですか? 何を求めて出掛けましょうか? 素敵な旅のプラン創りは、LHVへお気軽にご相談下さい!

### ■取扱商品のラインアップ

- 国際線と国内線航空券(全世界の全券種をご用意)
- スポーツ・オペラ等の観戦チケット
- 世界のクルージングツアー

- 世界各地のホテル/現地の専用送迎車&ガイド
- ボルドーやブルゴーニュ地方のシャトー巡りツアー
- ウィンブルドンをはじめとする四大大会他テニス観戦の手配
- ゴルフの聖地、セント・アンドリュースでのゴルフプレーの手配



リバティヒルバケーション  
いわさき はるゆき  
岩崎 治幸



EVENT  
REPORT

# オペラ鑑賞会 2023年第3回『椿姫』

東京文化会館 2023年9月16日(土)



東京文化会館正面入口



(上)  
東京文化会館  
ロビーの  
ポスター

- 事前の坂田先生の講義によって、さらに面白さが増しました。
- 舞台装置・演出に圧倒され、想像をはるかに超える感動がありました。
- 移動手段がセットになっていて、とても楽でした。
- とても観やすい席を確保して頂いたので、より感動的でした。
- 途中でバレエの要素が入っていて、今まで見た椿姫よりも面白かったです。
- オペラグラスで見ている時間が惜しくなるほど、全体の雰囲気が素敵でした。
- 椿姫は何度か見た事があり、ローマ歌劇場の特別公演を存分に楽しめました。

EVENT  
REPORT

## 『9月会』

2023年9月15日(金)

### 9月生まれのメンバーと、そのご家族・ご友人の懇親会

#### ご参加頂いた方々のお声

● 友達が誕生月の為、参加しました。とても楽しい誕生会でした。

● とても楽しい時間を過ごしました。スタッフの皆様のお心遣いに感謝。

● 料理もとても美味しかったです。水泳やトライアスロンの競技の話題で盛り上がりました。友人の誕生日の時に、一緒に参加させて下さい。

● 夫の誕生日が9月ですので、同伴致しました。スタッフの皆様が話題を提供して下さい、楽しいひと時となりました。お料理も美味しかったです。

#### 参加させて頂いたスタッフの声

● スポーツの話題で、楽しい時間をご一緒させて頂きました。

カスタマーサービス課 尾崎周作(おぎさしゅうさく/最左)

● メンバー様のクラブでの充実した過ごされている様子を伺えました。

ファンティマネジメント課 福田幸佑(ふくだこうすけ/最右)



9月会にご参加された皆様(バースデーケーキを前に)

### 【10月会開催のご案内】

2023年10月13日(金) 18:00~20:00

10月生まれのメンバー様とご家族・ご友人が対象です。  
1名様 ¥6,600(税込) \*お子様は小学生まで¥3,300(税込)  
着席式ディナー(コースメニュー)・  
フリードリンク制・バースデーケーキもご用意致します。





投票期間

2023年10月1日(日)~10月29日(日)

皆様の投票をお待ちしております。

# 【第1回】わん・にゃん チャンピオンシップ2023

あなたの **清き1票!** で、当クラブの年間No.1わんちゃん・ねこちゃんが決まります!



**投票場所** フロント・男女ロッカールーム入口に、投票用紙・投票箱を設置。

- ※お一人様1票。会員番号・お名前を必ずご記入の上、投票下さい。(無記名・複数回答は無効)
- ※会報誌2022年10月号~2023年9月号に掲載された愛犬・愛猫が対象です。
- ※No.1ペットは、会報誌2023年12月号の表紙に掲載する形式で発表させていただきます。
- ※会員番号・お名前は、一切外部には公表致しませんので、ご安心下さい。
- ※詳細は、クラブライフプランナー課(村谷・藤田・藤岡・大山)までお問合せ下さい。

## 『土曜日営業時間』決定のお知らせ

土曜日営業時間の2回にわたる試験導入の結果を踏まえ、10月7日(土)より、左記の通りとさせていただきます。

**【開始日】10月7日(土)より。以降、全ての土曜日に適用。**

**【営業時間】9時30分~22時30分**

※入館時間も9時30分とさせていただきます。

(9時30分より前にはご入館出来ません。)

※土曜日が祝日の場合は、9時30分~20時となります。

※フィットネス・ゴルフ・テニスプログラムの時間は変更ございません。

※ご不明な点は、フロントスタッフにお尋ね下さい。

## 会員専用サイト開設のご案内

2023年8月1日(火)に、ウェブ『会員専用サイト』を開設致しました。

左記の通り、ウェブにてレッスンのご予約が可能となります。

『会員専用サイト』にログインされていないメンバー様は、ログインし、パスワードの設定をお願い致します。

尚、パーソナルトレーナー・タッチスパのご予約につきましても、準備が整い次第、ご案内致します。

**【既にご予約頂ける項目】**

《ゴルフ》

①フリー打席(トラックマン有無)

②グループレッスン

③プライベートレッスン

※ご予約は2ヶ月前から可能です。

《テニス》

①レンタルコート

②レッスン

※『プライベートレッスン』は、準備が整い次第、ご案内致します。

《アクア》

①プライベートレッスン

②有料グループレッスン

※ご予約は1ヶ月前から可能です。

(10月1日のレッスンの予約は、9月1日から可能)

**【ログイン方法】**

下のQRコードにアクセスし、ログイン出来ます。

※当クラブのトップページのバナーからも『会員サイト』に入れます。

※詳しい操作方法につきましては、フロントまでお問合せ下さい。



## メンバー様のお声

**1 会員サイトのログイン画面について**  
会員サイトのログイン画面がJITCと共通なので、JITCでログインしたままととなり、ログインし直すのが面倒です。

「回答」一度ログアウトして、ログイン画面の「次回から自動ログイン」のチェックボックスのチェックを外して下さい。また、パスワードの自動設定をされている場合、新規でLHCのパスワードの設定が必要です。

**2 ポータブル血圧計について**  
緊急時に備えて、ポータブル血圧計を用意してはどうか?

「回答」ポータブル血圧計とパルスオキシメーターを、8月末日に設置致しました。

※パルスオキシメーター：指先等に光を当て、採血する事なく、皮膚を通して動脈血の機能的酸素飽和度を測定する為の医療機器です。

**3 ラウンジのスタッフの対応について**  
ラウンジのスタッフの対応が良くない。笑顔が少ない。特に女性スタッフが気になる。

「回答」不愉快な思いをさせてしまい、誠に申し訳ございません。ラウンジのスタッフに、接客対応について、周知徹底を図りました。

**4 サウナ用タオルのご利用について**  
バスルームで、サウナ用タオルを勝手に持って行く人がいるので、注意して欲しい。

「回答」バスルーム・脱衣所をご利用の際は、他の方のタオルと間違えない様に、ご自身のタオルを確認の上、ご利用下さいます様、お願い致します。

**5 水風呂の定員について**

水風呂に入ろうとした際、既に入っている人から、「水風呂は2名までなので、今出るので」と少し待つ様、言われ、非常に不愉快だ。人数制限があるのであれば、その旨をPOPで掲示して欲しい。

「回答」水風呂の人数制限は設けておりません。従いまして、POPは掲示しておりませんが、本誌にて水風呂に人数制限の無い旨を会員の皆様にご案内致します。

\*男性・女性ロッカールーム内に設置されている「Your Voice」は、直接、ご本人様にお礼や説明等をさせて頂く為、**出来るだけお名前をご記入下さいます様、お願い致します。**お名前は、一切外部には公表致しませんので、ご安心下さい。



# MINI CROSSOVER HIGHLANDS EDITION.

踏み出せ、雄大な日々へ。



空高くそびえる山々、彼方まで続く草原、スコットランドのハイランド地方に  
触発された特別なデザインと専用カラーのMINI Crossover.

パワフルなディーゼルエンジンを搭載した  
MINI Crossover Highlands Editionは  
最も大きく、最もゆとりがあり、最も冒険が似合うMINI。  
さあ、MINIならではのゴーカート・フィーリングで  
自由への衝動を駆り立てる場所へ、突き進め。



特設サイト



消費税込メーカー希望小売価格  
COOPER D ¥5,410,000



消費税込メーカー希望小売価格  
COOPER D ALL4 ¥5,670,000

リバティヒルクラブ会員様限定の特典をご用意しました。ぜひ下記ショールームへご来場ください。

ご試乗プレゼント **10月31日(火)まで**

下記ショールームへご来場のうえご試乗いただいた方に、  
環境にやさしいリサイクル・コットンを使用した  
MINI オリジナル・キャンバストートをプレゼント。



※2023年10月まで。※1組様につき1個に限らせていただきます。万一品切れの際はご容赦ください。  
写真はイメージです。写真と実物は細部で異なる場合があります。

ご成約プレゼント **10月31日(火)まで**

期間中、MINIのいずれかのモデルをご成約いただいた方に、  
ウィンドウ・フィルムまたはボディ・コーティングを  
無料で施工いたします。

※1台のご成約につき、いずれか1回の施工に限らせていただきます。  
2023年10月までにご成約のうえ、ご登録完了いただいた方が対象。  
詳しくはショールーム・スタッフまでお問い合わせください。

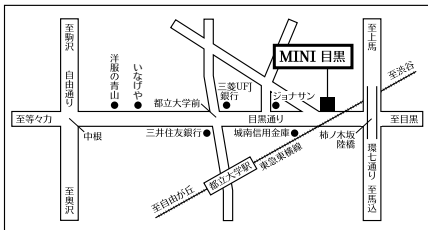


ウィンドウ・フィルム



ボディ・コーティング

※表示価格は消費税込み価格を表示しています。オプション装着価格、付属品価格、保険料、税金(消費税を除く)、登録に伴う諸費用、リサイクル料金は含まれておりません。別途必要となります。※掲載の写真は、日本仕様のモデルと細部で異なる場合があり、一部イメージ画像も含まれます。  
本仕様、諸元、価格等、記載の内容は2023年9月1日現在のものであり、予告なく変更される場合があります。印刷の都合上、実際の色と異なる場合があります。記載事項および写真の著作権は、BMWAG(ドイツ)およびビー・エム・ダブリュー株式会社 に帰属します。無断転載を禁じます。詳細に  
つきましては記載のMINI正規ディーラーにお問い合わせください。

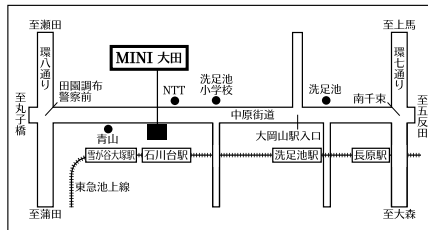


## MINI 目黒

〒152-0022  
東京都目黒区柿の木坂 1-16-11  
TEL:03-5731-5532  
www.meguro.mini.jp

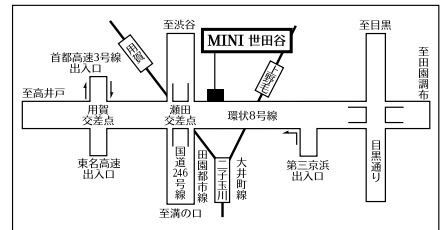


営業時間/10:00~18:00 定休日/月曜日 ※月曜日が祝日の場合は、翌日の火曜日が振り替え定休日となります。



## MINI 大田

〒145-0065  
東京都大田区東雪谷 2-4-3  
TEL:03-6894-3255  
www.ota.mini.jp



## MINI 世田谷

〒158-0095  
東京都世田谷区瀬田 3-5-4  
TEL:03-5717-3332  
www.setagaya.mini.jp



MINIとの遭遇は、MINI 目黒 / MINI 大田 / MINI 世田谷へ。





# F O R W A R D I S M .



駆けぬける喜び



New i7 M70 xDrive 4ドア右ハンドル 21,980,000円

## BMWラグジュアリー・セダンの頂点THE NEW BMW 7。

ニューBMW 7シリーズは、全身から湧き立つピュアなエレガンスと、五感を満たすエンターテインメントによって究極的にエクスクルーシブな体験を約束します。クリスタル・ガラスを採用したヘッドライトの印象的な眼差しに引き込まれるように近づくと、光の演出が乗り込む前からあなたの心を煌めかせます。そして、ラウンジさながらの空間に身を置けば、気分に合わせて照明やサウンド、グラフィックなどの演出を楽しむことができます。電気でも駆けぬける喜びと五感を満たす完全電動ラグジュアリーセダン「i7」もラインアップ。ぜひ、ニューBMW 7シリーズを、Abe BMW ショールームにてご確認ください。



THE NEW 7



THE NEW i7

リバティヒルクラブ会員様限定の特典をご用意しました。ぜひAbe BMWへご来場ください。

### ご試乗記念品

10月31日(火)まで

Abe BMWショールームへご来場のうえご試乗いただいた方に小物を使いやすく収納して携帯でき、持ち運びに便利なBMWオリジナル壁掛けポーチをプレゼントいたします。

※2023年10月まで。※カラーはお選びいただけません。※1組につき1組に限らせていただきます。万一品切れの際はご容赦ください。写真はイメージです。写真と実物は細部異なる場合があります。



### ご成約特典

10月31日(火)まで

期間中、BMWのいずれかのモデルをご成約いただいた方にウィンドウ・フィルムまたはボディ・コーティングを無料で施工いたします。

※1台のご成約につき、いずれか回の施工に限らせていただきます。2023年10月までににご成約のうえ、ご登録完了いただいた方が対象。詳しくはショールーム・スタッフまでお問い合わせください。



ウィンドウ・フィルム



ボディ・コーティング

BMW 正規ディーラー

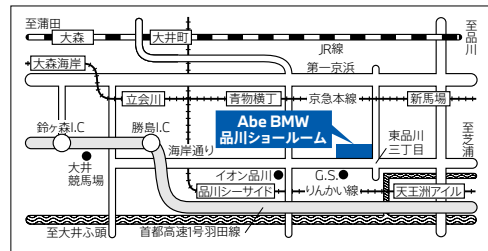
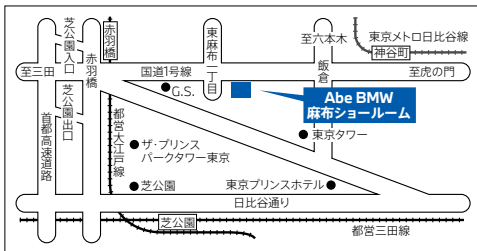
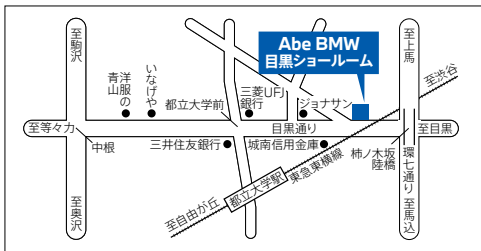
Abe BMW <https://abe.bmw.jp>



[www.facebook.com/abebmw/](https://www.facebook.com/abebmw/)



[www.instagram.com/abe\\_bmw\\_tokyo/](https://www.instagram.com/abe_bmw_tokyo/)



### 目黒ショールーム

〒152-0022 目黒区柿の木坂1-16-11  
TEL. (03) 5731-5550



モバイル版MAPIはこちら▶

### 麻布ショールーム

〒106-0044 港区東麻布1-10-11  
TEL. (03) 3582-3281



モバイル版MAPIはこちら▶

### 品川ショールーム

〒140-0002 品川区東品川13-13-6  
TEL. (03) 6890-5611



モバイル版MAPIはこちら▶

営業時間 / AM 10:00~PM 6:00 定休日 / 月曜日  
※月曜日が祝日にあたる場合は翌火曜日を休業とさせていただきます。

はBMW i 販売店です。 はBMW M 認定ディーラーです。

※掲載した写真の車は一部日本仕様と異なります。また、オプション装備等を含む場合があります。※使用している写真は印刷物のため、実際の色合いと異なる場合があります。※車両充電時には、充電スタンドや充電ケーブルに近づかないでください。※充電により動作に影響を与えるおそれがありますので、植込み型心臓ペースメーカーおよび除細動機能なし植込み型開心室ペースメーカーを装着されているお客様は、車両充電の操作はご自身ではなさらず他の方にお願いくたさい。※プロダクトに関する詳細はwww.bmw.co.jp、またはBMW正規ディーラー Abe BMW各店にてご確認ください。※以上の内容は、予告なく変更、終了する場合がございます。※世界規模の半導体部品供給難等により、一部の標準装備やオプションの設定削除、およびパッケージ・オプションに含まれる装備の変更が発生しておりますこと、深くお詫び申し上げます。装備の設定や価格の詳細につきましては、BMW正規ディーラー Abe BMW各店までお問い合わせください。※記載の内容は2023年9月1日現在のものです。

1	日	フラワーショップ 短縮営業日	16	月	
2	月		17	火	芦川正敏プロラウンドレッスン 英会話教室
3	火	英会話教室	18	水	タロット占い講座
4	水		19	木	似顔絵教室 フラワーショップ
5	木	第20回LHCゴルフクラスチャンピオンシップ フラワーショップ	20	金	書道教室(午前の部/午後の部)
6	金	書道教室(午前の部/午後の部)	21	土	懇親パーティ
7	土		22	日	フラワーショップ 短縮営業日
8	日	フラワーショップ 短縮営業日	23	月	
9	月	短縮営業日	24	火	英会話教室
10	火	英会話教室	25	水	
11	水	秋の日帰りバスツアー テーブル茶道	26	木	フラワーショップ
12	木	フラワーショップ	27	金	
13	金	10月会	28	土	
14	土		29	日	フラワーショップ 短縮営業日
15	日	フラワーショップ 短縮営業日	30	月	休館日
			31	火	休館日 豊田奈未コーチ ラウンドレッスン

月曜～金曜 10:00～22:30(レストラン『ソルフェージュ』 11:30～21:30)

土曜 9:30～22:30(レストラン『ソルフェージュ』 11:30～21:30)

日曜・祝日 10:00～20:00(レストラン『ソルフェージュ』 11:30～21:30)

※土曜日の営業時間変更は、2023年10月7日(土)より実施致します。以降全ての土曜日に適用されます。  
土曜日が祝日の場合は、9:30～20:00となります。

### クリスマスパーティ2023

2023年12月9日④/レストラン『ソルフェージュ』  
(18:00開場/18:30開演/20:30終演予定)

クラブインフォメーションは、毎月25日発行。  
2023年11月号は、10月25日発行予定です。  
\*事情により発行日が変更になる場合がございます。

#### Website

リバティヒルクラブ  
オフィシャルサイト  
[www.libertyhill.co.jp](http://www.libertyhill.co.jp)



#### Instagram

リバティヒルクラブ  
オフィシャルアカウント  
libertyhillclub

