報道関係者各位

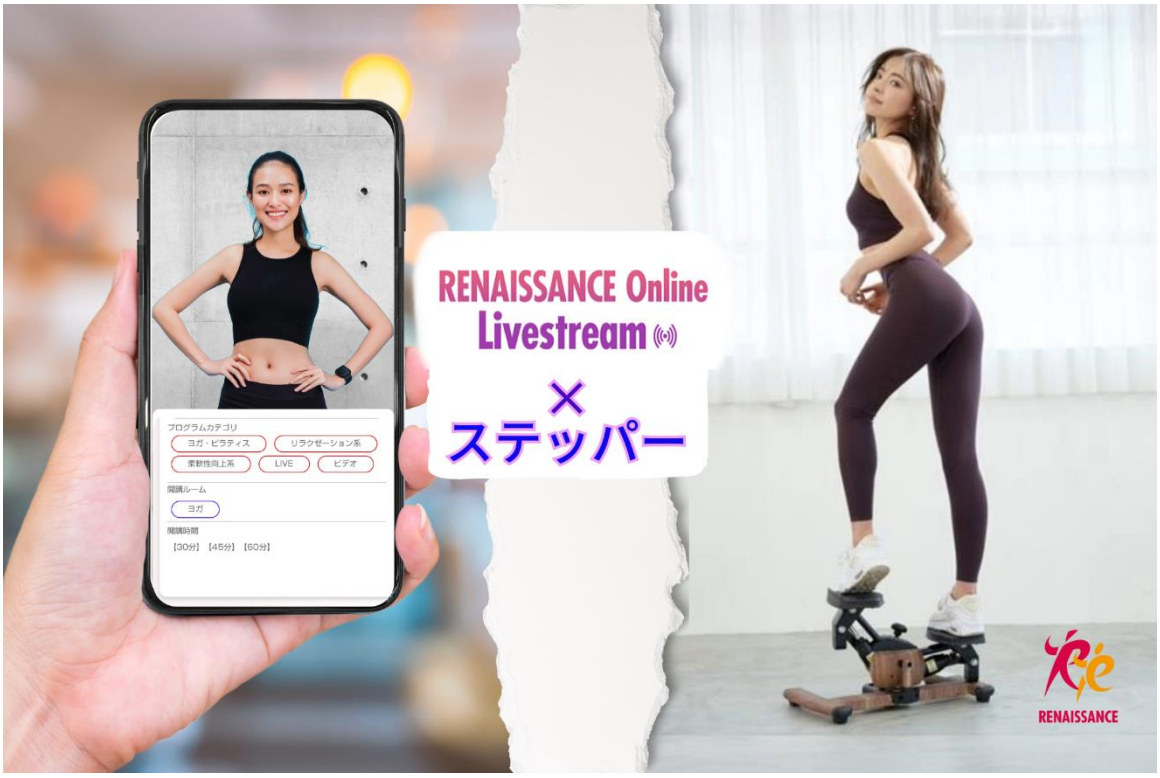
2025 年 5 月 8 日
株式会社ルネサンス

シリーズ累計販売台数30万台突破！宅トレ用ステッパーのオンラインレッスン配信スタート

トレーナーによるエクササイズのノウハウが集結　本格的で楽しいホームフィットネスを

スポーツクラブを運営する株式会社ルネサンス（本社：東京都墨田区、代表取締役社長執行役員：望月 美佐緒、以下 当社）は、当社のステッパーの購入者に向けた専用の運動コンテンツを、オンラインレッスンサービス「RENAISSANCE Online Livestream（以下「ROL」）」にて、2025年 5 月 1 日（木）に配信を開始したことをお知らせします。

フィットネスのプロによる専門知識と指導経験を活かし、ステッパーの効果を最大限に引き出す、質の高いトレーニング体験を提供します。



■背景・目的

当社が開発・販売するステッパーは、自宅で手軽に無理なくエクササイズができる製品として、多くのお客様にご愛顧いただいています。特に、人気の「ツイストエアロステッパーPremium 木目調 SP-600」はエアロモードとツイストモードの 2 つのモードを搭載しており、お尻や太腿を中心に引き締める運動とウエスト周りを中心に引き締める運動が可能です。

この度、より多くのお客様にステッパーを活用した運動を効果的に楽しく継続していただくために、インストラクターの解説でエクササイズの理解を深めることができる、専用のオンライン運動コンテンツを開発しました。

ツイストエアロステッパーPremium 木目調 SP-600

■プログラム概要

ステッパーを最大限に活用できる多様なプログラムを用意しています。ステッパーを初めて使う方向けの基本のレッスンから上級者向けまで、レベルに合わせてレッスンを受講することができます。

【コンテンツ内容】

・基本ステッパーガイド　～正しい使い方～
・簡単ステッパーエクササイズ　～初級～
・ステッパー下半身エクササイズ　～美脚＆ヒップアップ～
・ステッパー全身エクササイズ　～サーキットトレーニング～

■特長

＜当社のインストラクターによる質の高い指導＞

専門的な知識と豊富な指導経験を持つ当社のインストラクターが、運動のポイントや注意点を分かりやすく解説します。

＜ステッパーの効果を最大限に引き出す＞

製品の特性に合わせた最適なエクササイズプログラムで、より効率的なトレーニングをサポートします。

＜多様なプログラムで飽きずに楽しく続けられる＞

様々な目的や体力レベルに対応した豊富なコンテンツで、運動初心者の方から定期的にトレーニングされている方まで、幅広くお楽しみいただけます。

＜自宅で気軽に本格的なレッスンを体験＞

いつでもどこでも、ご自身の都合に合わせて、本格的なスタジオレッスンに近い運動を体験できます。

＜製品の価値をさらに高める、購入者限定の特典＞

当社のステッパーをご購入いただいたお客様だけが利用できる、特別なオンラインコンテンツです。

※動画では「ツイストエアロステッパー Premium」を使用しています。

【コンテンツ詳細】

・配信プラットフォーム： https://rol.s-re.jp/
・対象者：当社ステッパーの購入者

・**利用方法**： 製品に同梱されるご案内、またはルネサンス公式オンラインショップからアクセス方法をご確認いただけます。
・**配信開始日**： 2025 年 5 月 1 日（木）

▶ルネサンス公式オンラインショップ：https://shop.sportsoasis.co.jp/
▶ステッパー使用方法：https://www.youtube.com/watch?v=W-wyAWcYh3E

■ROL とは

パソコンやスマートフォンから参加して、エクササイズを楽しめるオンラインレッスンです。ヨガやピラティス、格闘技系やダンス系など、豊富なプログラムからお好きなレッスンをご利用いただけます。

時間や場所を問わずに健康づくりを実施できるだけでなく、企業・健康保険組合の福利厚生や、学校の授業で活用される等、様々な場面でご利用いただいています。

サービス開始から約 5 年間で、レッスンの累計受講回数は 670 万回を突破いたしました。

■ステッパーコンテンツ出演インストラクター

井出 由起
ROL インストラクター
バレトンアカデミー東京代表
産前産後運動スペシャリスト
経験指導にはエアロビクス・アクアビクス・ピラティスなど

■会社概要

ルネサンスは、「生きがい創造企業としてお客様に健康で快適なライフスタイルを提案する」という企業理念のもと、スポーツクラブや介護リハビリ施設など計 291 か所の施設を運営しています。また、企業や健康保険組合の健康づくり支援や全国の自治体の介護予防事業の受託、オンライン事業、ホームフィットネス事業、海外市場へ向けた取組など、長期ビジョンである「人生 100 年時代を豊かにする健康のソリューションカンパニー」を目指し、健康分野におけるサービスを多岐にわたって展開しています。

【本リリースについてのお問い合わせ先】
株式会社ルネサンス　経営企画部パブリックリレーションチーム：村角（むらずみ）・若林
TEL：03-5600-7811　　MAIL：ml_pr@s-renaissance.co.jp
URL：https://www.s-renaissance.co.jp/