

報道関係者各位

2018年4月4日  
株式会社ルネサンス

## ヨガとピラティスの要素を取り入れた『Group Centergy』を拡大展開 ～音楽と動きの融合による最高のエクスペリエンスを創出！～

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:吉田正昭、以下「当社」)は、一部のクラブに先行導入していたヨガとピラティスの要素を取り入れたプログラム『Group Centergy(グループセンタジー)』を、2018年4月より、全国のスポーツクラブ ルネサンスへ順次拡大展開いたします。

導入したクラブでは、ヨガ系プログラムに参加している方だけでなく、老若男女問わず大変ご好評をいただきました。現在展開中のプログラムに『Group Centergy』が加わることで、よりバラエティに富んだプログラムの提供が可能となります。

当社は、今後も多くの方々に楽しみながら効果を実感していただける新たなプログラムの導入を進め、これまで以上にサービスの向上を図ってまいります。

### 【プログラムの特徴】

『Group Centergy』は、世界の主要マーケットであり、トレンドの中心である北米に本部をおくMOSSA(モッサ)が開発いたしました。

ヨガ、ピラティス、トレーニング、ストレッチの要素を取り入れた動きを明るく軽快な音楽に合わせて行う、シンプルでありながら柔軟性の向上、体力アップ、精神の安定に効果的なプログラムです。

#### 1. バリアフリーなプログラム

シンプルな動きを音楽に合わせて繰り返すことで少しずつ動きをマスターします。動きの大きさやバリエーションを調節できるため、年齢や性別、フィットネス経験問わず安心して参加できます。

#### 2. 集中力が向上し、ストレスが緩和されます

柔軟性、体力、および精神の安定性を向上できるよう綿密にプログラミングされています。クラスの最後には体を休める時間があり、集中力が高まって活力を取り戻した状態でスタジオを出ることができます。

#### 3. 最高の音楽と進化し続けるフィットネスエクスペリエンス

往年の曲から最新のヒット曲まで、厳選された音楽を活用しています。動きや強度、テーマに沿った音楽により、最高のエクスペリエンスを提供します。

レッスンは、45分と60分の2種類で展開してまいります。

<https://www.s-re.jp/program/detail/groupcentergy/>



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 パブリックリレーション部:芝原・村角(むらづみ)  
TEL:03-5600-7811 FAX:03-5600-8898  
URL: <https://www.s-renaissance.co.jp/>  
〒130-0026 東京都墨田区両国 2-10-14 両国シティコア3F