

”人はカラダも、生き方も、変われるようにできている。”
グループ・ワークアウト・スタジオ 『BETTER BODIES HI』
2020年3月1日(日) 南青山に第一号店を開設
～2月6日から3日間、報道関係向け体験会を開催～

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、グループ・ワークアウト・スタジオ 『BETTER BODIES HI』（ベターボディーズハイ）の第一号店を2020年3月1日(日)に、東京都港区南青山に開設いたします。

『BETTER BODIES HI 青山』は、表参道・青山・赤坂周辺にお住まいの方、働く**自分磨き・自己投資への意欲的なビジネスパーソン**や、ファッション・ビューティなど**クリエイティブ産業に関わる人**たちにむけた**グループ・ワーク・アウトスタジオ**です。日常の延長にあるスマートなライフスタイルとして充実感を感じられるこのプログラムは、自己らしさにこだわりをもつ生活者はもちろん「自分じゃ無理かも」といったジム入会に臆する生活者（**気おくれトレーニー**）たちも、45分のプログラムを通じて、成長や効果を実感いただけます。

■コンセプト

BETTER BODIES HI



強いカラダづくりは、強いところもつくる

ワークアウト、鍛えること。それは運動に限らず、何かを得るために絶対的に必要な条件です。たとえば、あなたがカラダを変化させたいのなら、そのカラダに必要な負荷をかけ続けること。息が切れる、体がきしむなどの負荷の繰り返しに真摯に向き合うこと。その過程で、強くしなやかなカラダとところは生まれます。カラダだけでなく、こころの強さも求められる今、健全なこころの土台として、ワークアウトで鍛えたカラダが必要だと、わたしたちは考えています。





独自の設計による 45 分のプログラム

最大の特徴は、エクササイズ動作を丁寧に正確に学ぶ「PRACTICE」と、エクササイズ理解が進んだ人のための高強度で運動量の多い「REGULAR」という2つのクラスがあること。その2つを目的や目標に合わせて繰り返すことで効果を最大かつ着実に高めていくことができます。

効果最大化のためにオリジナルマシンを開発

上半身の多くの筋肉にアプローチできる「プッシュ&プル」の往復動作と、下半身のすべての筋肉を動かすことができる「フルレンジステップ」の動作を、1台で行えるオリジナル HIIT マシン「FTXtrainer」を開発しました。このマシンは、一人ひとりの目的や目標に合わせて、多様な使い方が出来るだけでなく、着実な効果を後押ししてくれます。



グループワークアウトで、心地よい緊張感を

ワークアウトを日常生活の中に継続して取り入れられるように、「グループワークアウト」を重視しています。コーチや仲間との一体感によるモチベーションの維持はもちろん、メンバーが互いを意識し合うピアプレッシャーからも、強い原動力を得ることができます。ときに楽しく、ときに真剣に、カラダだけでなく、こころの強さも鍛える。それが BETTER BODIES HI のグループワークアウトです。

非日常の高まりを、一人ひとりのライフスタイルに

一歩足を踏み入れた瞬間から、多忙な日常を脱ぎ捨て、ワークアウトに向けて気持ちを高めていけるよう、空間デザイン、グラフィック、飲食の提供にいたるまで徹底的にこだわりました。細部にいたるまで、様々な分野の専門家たちに実際にプログラムを繰り返し体験いただき、深い理解のもと実現させました。



■施設概要

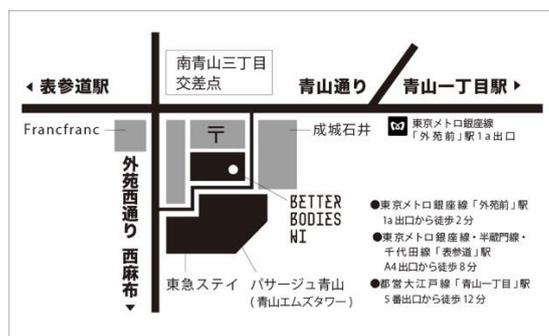
【所在地】東京都港区南青山2-27-18パサージュ青山1階

【営業面積】230㎡

【施設構成】ジム・スタジオ・ロッカー・シャワー他

【営業時間】受付/月～金 6:45～22:30、土 8:45～20:00、
日・祝 8:45～18:30

【休館時間】不定休



※今後の計画進捗にともない一部変更となる場合があります

■体験会について

BETTER BODIES HI では、このプログラムを多くの報道関係者の方に体験していただくために、特別の体験会をご用意いたしました。貴社の為だけに開催する体験会だから、オリジナルの撮影や独占取材にも対応可能です。BBHメンバーが撮影時のデモンストレーションなど全面的に協力いたします。

もちろん、読者・視聴者の皆さんの参加もOKです。読者プレゼントや視聴者プレゼントにもご活用ください。

【対象期間】2020年2月6日～8日 各日 10:00～、13:00～、16:00～

事前申し込み制 ※別紙の申込書またはメールにてお申し込みください

報道関係者 問い合わせ窓口

株式会社ルネサンス パブリックリレーション部 村角(むらざみ)

TEL:03-5600-7811 MAIL:ml_pr@s-renaissance.co.jp



「BETTER BODIES HI」報道関係向け体験会のご案内

■体験会概要

【対象期間】 2020年2月6日～8日 各日 10:00～、13:00～、16:00～

事前申し込み制 ※以下の申込書またはメールにてお申し込みください。

■お申込書 ※メールでのお申し込みも可(ml_pr@s-renaissance.co.jp)

事前申し込み登録制

- ・必ず事前にお申し込みください。
- ・参加人数に限りがございます。・日程重複の場合は、ご連絡の上調整させていただきます。
- ・掲載/放映(媒体・日・内容)を予めお知らせください。

貴社名 _____

媒体名・企画名 (記入例:ABC マガジン 読者プレゼント企画)

ご招待対象・人数 (記入例:読者プレゼントとして5名分)

名分 _____

電話: _____ MAIL _____

ご担当者名 _____ 様

ご希望日時を、○印で囲んでください。

2月 6 日(木) ① 10時～ ② 13時～ ③ 16時～

2月 7 日(金) ① 10時～ ② 13時～ ③ 16時～

2月 8 日(土) ① 10時～ ② 13時～ ③ 16時～

備考欄 (ご希望やご質問をご記入ください)

※ご記入いただいた個人情報は、(株)ルネサンスの個人情報保護方針に基づいて厳重に管理いたします。

