

2014年5月27日

株式会社東急スポーツオアシス

## すきま時間を有効活用「ながらエクササイズ」の新コンテンツを提供開始

～全部で107コンテンツ「ソファ、ベッド、お風呂、キッチン」 富士通女性向けパソコン「Floral Kiss」に採用～

会員制総合フィットネスクラブの運営を行う株式会社東急スポーツオアシス（本社：東京都品川区、代表取締役社長 平塚 秀昭）では、2014年5月に自宅でもスキマ時間を有効活用しながら、運動ができるプログラムメニュー「ながらエクササイズ」を開発いたしました。

すきま時間を活用した「ながら運動」のニーズについて、20代以上の女性260名にインターネットアンケートをおこなったところ、「何かをしながら運動（エクササイズ）」をやりたいが97%と非常に高いニーズがあることがわかりました。※図1また、「お家にいながらどこでやりたい」では、「ソファでテレビをみながら」24%、「キッチンで料理をしながら」「キッチンでお皿を洗いながら」22.6、「ベッドで起床後」「ベッドで就寝前」22.5%、「お風呂で入浴中」20.5%と「ソファ、キッチン、ベッド、お風呂」で行ってみたいというニーズが明らかになりました。※図2

図1 ながら運動やってみたい？

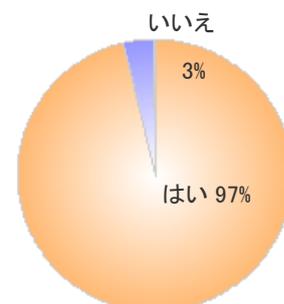
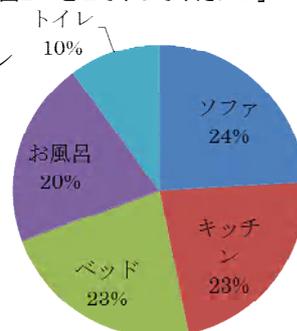


図2 「どこでやってみたい？」



『ながらエクササイズ』は、「隙間時間・ながら運動」をキーワードに、オンラインで出来るメニューとして開発いたしました。運動メニューは107種類。「気になる部位別」や、「シチュエーション」に合わせて選ぶことができます。また、「ペアで行うストレッチ」、「バランスボール、ながらクッション」などのグッズを使用したエクササイズで構成しております。約3分でできるメニューになっており、運動だけでなく、ストレッチやマッサージもあります。

今後もフィットネスクラブ運営で培ったノウハウを生かし、オンラインでできる運動メニュー・コンテンツの開発を進めてまいります。

『ながらエクササイズ』は、富士通株式会社（本社：東京都港区 代表取締役社長山本正巳）から2014年5月23日発売開始となる、女性を輝かせるパソコン「Floral Kiss」

の「BIKATSU life」アプリとして搭載されております。

【ながらエクササイズ】イメージ

■お風呂でエクササイズ



■ペアでストレッチ



■ソファでグッズを使って



《商品概要》

【商品名】「ながらエクササイズ」 全107コンテンツ

【内容】 隙間時間を活用した、1～3分でできるメニュー。

運動だけでなくストレッチやマッサージ、エクササイズ。

シチュエーション別、部位別、グッズ使用、ペアストレッチなど

【提供方法】 画像(jpeg形式)、説明テキスト、動画(mov形式)

《Floral Kiss概要》プレスリリースURL

<https://pr.fujitsu.com/jp/news/2014/05/14-4.html>

《株式会社東急スポーツオアシス 会社概要》

- (1) 商 号 : 株式会社東急スポーツオアシス
- (2) 代 表 者 : 代表取締役社長 平塚 秀昭
- (3) 本 社 所 在 地 : 東京都品川区西五反田 4-32-1
- (4) 設 立 年 月 日 : 1985 年 10 月
- (5) 主 な 事 業 内 容 : 会員制総合フィットネスクラブの企画、運営
- (6) 資 本 金 : 1 億円
- (7) U R L : <http://www.sportsoasis.co.jp/>

<本件に関する報道関係の方々からのお問合せ先>

株式会社東急スポーツオアシス

ホームフィットネス事業部 コンテンツ企画 竹尾

TEL03-3492-2143

FAX03-5719-6504

以上