

2016年9月9日

株式会社東急スポーツオアシス

株式会社Cuore

サッカー日本代表「長友佑都」と開発した自己実現プログラム  
「NAGATOMO Method」を10月1日提供開始



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:東京都港区、代表取締役社長:平塚 秀昭、以下 オアシス)は、株式会社Cuore(本店:神奈川県横浜市、代表取締役社長 兼CEO:長友 佑都)と共に開発した「NAGATOMO Method(長友メソッド)」を2016年10月1日(土)にオアシス店舗で提供を開始します。

NAGATOMO Method URL: [http://www.sportsoasis.co.jp/nagatomo\\_method/](http://www.sportsoasis.co.jp/nagatomo_method/)

■NAGATOMO Method > 各種ダイエット

一般的なダイエットプログラムは、身体の贅肉を落とし、外面的な美しさを追求するものですが、NAGATOMO Methodは「心」と身体を磨き、外面的のみならず内面的な美しさをも追求するという長友佑都自身が行ってきたことを、全ての方に実践ができるようオアシスが長友佑都と共に体系化した自己実現プログラムです。

■「思考」・「運動」・「食事」の3つの要素

全て長友佑都が実践をし、効果・結果を体感した内容をオアシスのトレーナーと体系的に行うプログラムです。



## ■「Lesson」と「Session」の2種

### 1. Lesson

「NAGATOMO Method」の運動部分を実施する15分のグループレッスンです。  
オアシス会員は無料で参加できます。

### 2. Session

専属のトレーナーと「NAGATOMO Method」のすべてを実施する有料のパーソナルプログラムです。  
運動は8レベルあり、ご自身の状況に応じて選んでいただく事ができます。レベルアップしていきながら継続して行えます。

## ■Session概要について

名 称 : NAGATOMO Method Session(長友メソッド・セッション)

期 間・料 金 :

コース	5回コース	10回コース	15回コース
期間	1ヵ月	2ヵ月	3ヵ月
一般料金(税別)	60,000円	110,000円	150,000円
オアシス会員料金(税別)	50,000円	90,000円	120,000円

料金に含まれる内容 : 1. 思考、運動、食事に関する総合的なパーソナルトレーニング(60分/回)  
2. ダイアリー(メンタルガイド、トレーニングガイド、食事記録)  
3. 長友佑都と共同開発したトレーニングギア

提 供 開 始 : 2016年10月1日(土)

予 約 受 付 開 始 : 2016年9月20日(火) ※オアシス各店にて

## ■東急スポーツオアシス会社概要について

商 号 : 株式会社東急スポーツオアシス

代 表 者 : 代表取締役社長 平塚 秀昭

本 社 所 在 地 : 東京都港区南青山2丁目6番21号TK南青山ビル

主 な 事 業 内 容 : 会員制総合フィットネスクラブの経営・企画・運営

資 本 金 : 1億円

U R L : <http://www.sportsoasis.co.jp/>

<本件に関するお問合せ先>

株式会社東急スポーツオアシス ヘルスケア事業部 担当:齊藤 卓

TEL:03-5413-7710(代表) E-mail:[taku\\_saito@sportsoasis.jp](mailto:taku_saito@sportsoasis.jp)

株式会社Cuore 担当:中村 洋太/近藤 慎吾

E-mail:[info@cuore-nagatomo.com](mailto:info@cuore-nagatomo.com)