

2020年1月17日

株式会社東急スポーツオアシス

座ってゆらゆらするだけ！

お腹引き締め腹筋サポートグッズ「ゆらころん」販売開始

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：東京都渋谷区、代表取締役社長：平塚 秀昭）は、老若男女が気になるお腹にアプローチする家庭用運動器具「ゆらころん」を、ショップジャパンを展開する株式会社オークローンマーケティングとのコラボ商品として2020年1月18日（土）よりテレビ放映を開始します。

「ゆらころん」は、S字にカーブした独自のシート設計で骨盤が後傾し背中を丸めやすくなるため、理想的な姿勢を保ちながら座ってゆらゆらするだけで腹筋を引き締める運動をサポートします。

また、エクササイズに必要なスペースはタオル1枚分なので、自宅で気軽にお使いいただけます。



▼ゆらころん商品ページ▼

<https://www.shopjapan.co.jp/products/YCN0-00000/>

【ゆらころん商品特長】

●理想的な姿勢での腹筋運動をサポートする「S 字形状」



腹筋運動時、腹直筋に効果的に負荷をかけるためのポイントは、上体を倒す時も起こす時もおへそを覗き込む姿勢をキープすること。「ゆらころん」は横から見ると背もたれにあたる部分が内側にカーブしており、このカーブに沿って座ることで骨盤が後傾し背中を丸めやすくなるため、おへそを覗き込む姿勢のキープが可能に。そのため座って前後にゆらゆらするだけで、理想的な姿勢での腹筋運動※1ができます。「ゆらころん」に座って行う腹筋運動は、腹直筋上部の筋活動が自重腹筋運動の約 2.2 倍である※2 ことも証明されています。

※1 東急スポーツオアシスが推奨する腹筋運動

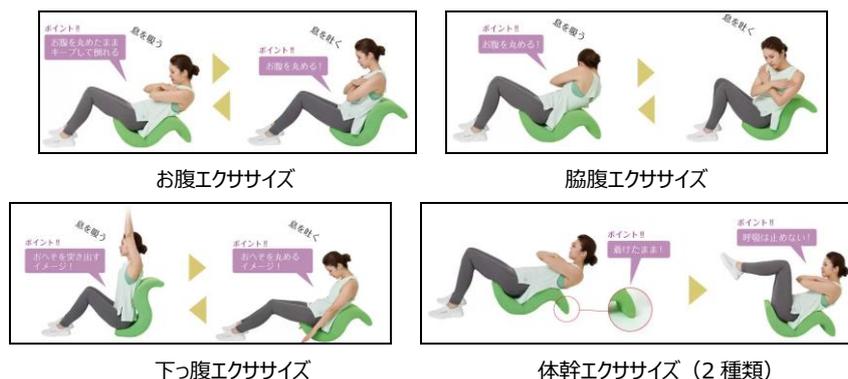
※2 被験者 7 名にて「ゆらころん」による腹筋運動時と自重運動時の腹直筋（上部）の静電図値を比較した結果の平均値（最大値約 4.1 倍/最小値約 1.2 倍）

●気になる下腹、脇腹、さらには体幹も！全 5 種類のエクササイズ

「ゆらころん」では腹筋運動だけでなく、気になるポッコリ下腹に効果的な骨盤運動も行えます。「ゆらころん」で 1 分間骨盤運動（下腹エクササイズ）を行うと、なんとウエスト平均 2.9cm 減※！ 普段使わず固まってしまった骨盤周りの筋肉を動かすことは、一般的なサイズダウンにもつながります。日常生活で骨盤を前後に動かす場面は非常に少なく、骨盤周りの筋肉は固まりやすくなっています。骨盤周りの筋肉が固まると姿勢が悪くなり、ポッコリ下腹の原因に…。基本の腹筋運動に加え骨盤運動も行うことで、更なるお腹引き締め効果が期待できます。さらに「ゆらころん」では脇腹と体幹のエクササイズも可能。全 5 種類のエクササイズで、ボディメイクをお手伝いします。

※ウエスト平均 = 被験者 7 名の結果の平均値（最大 4cm 減、最小 2cm 減）

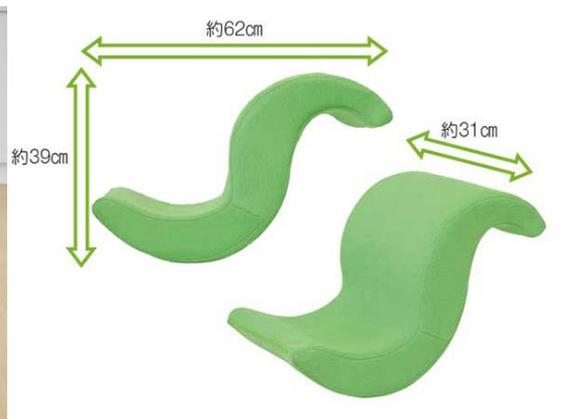
～エクササイズ例～



●タオル 1 枚分のスペースで OK ! カバーは丸洗い可能

エクササイズに必要なスペースはタオル一枚分。自宅で気軽にお使いいただけるサイズです。
また、本体カバーはメッシュ素材で柔らかな肌触り。洗濯で丸洗いできるので、汗をかいてしまっても安心です。お部屋を明るくしてくれるグリーンと、シックなグレーの 2 色からお選びいただけます。

【商品概要】



商品名	ゆらころん
通常価格	オープン価格
セット内容	本体×1、 取扱説明書×1 エクササイズガイド×1
カラー	グリーン、グレー
本体サイズ	W : 約 309mm×D : 615mm×H:390mm
重量	約 3.7kg
洗濯	洗濯可
生産国	中国

【WEBGYM（運動サポートアプリ）と連動】

会員制総合フィットネスクラブが運営を行う株式会社東急スポーツオアシスが開発した、「いつでも、どこでも、ジムを持ち歩く」
「メンバーと繋がる」ことができる WEBGYM アプリを利用し、「ゆらころん」を使ったエクササイズ動画が見られます。

運動が苦手という方も動画を見ながら運動できるので安心して継続することが可能です。また、テレビで紹介していないエクササイズもアプリ内で展開。運動バリエーションが豊富なので、飽きずに楽しく運動ができます。

WEBGYM ではエクササイズグッズを使った動画のほかにも筋トレ・ストレッチ・ヨガなど、フィットネスクラブのトレーナーがエクササイズのポイントをわかりやすく丁寧にアドバイスし、音声と動画で動きのサポートを行っています。

WEBGYM について：https://www.sportsoasis.co.jp/webgym_app/

■ WEBGYM アプリ概要

名称：WEBGYM（ウェブジム）

利用料金：無料*一部アプリ内課金有り（別途パケット通信料がかかります。）

対応端末：Android（Android 要件 4.4 以上）、iphone（対応 OS:iOS9.0 以上）、ipad、Apple watch、Apple TV
iOS は Cisco の米国およびその他の国における商標または登録商標であり、ライセンスに基づき使用されています。



■ 会社概要

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：東京都渋谷区道玄坂 1-10-8 渋谷道玄坂東急ビル

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、ホームフィットネス商品開発、スマホ App 開発・運営

U R L：<https://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 マーケティング企画部 塩澤・藪野・望月

TEL:03-6427-0721 E-mail:press@sportsoasis.jp