

2020年3月17日

株式会社東急スポーツオアシス

スキマ時間でできる、たった15秒のラジオ体操!?
カラダの悩みに即アプローチ『#ラジレッチ』がWEBGYMアプリに新登場!



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、以下 オアシス)は、日本人に広く馴染みのあるラジオ体操の動きを元に考案した新コンテンツ「#ラジレッチ」を、オアシスが運営するフィットネスアプリ「WEBGYM」に3月17日にリリースしました。「#ラジレッチ」は15秒前後で行えるストレッチで、座りながら省スペースで行えるため、工作中にも行いやすい内容となっております。痛みやむくみなどの不調に悩む就業者の方だけではなく、子どもからご年配の方まで様々な世代の方が、健康不安の解消と運動習慣の継続のために行っていただけます。

【WEBGYM アプリDL】 <https://webgym.onelink.me/0JLI/14cdb2a>

■開発の背景

2019年5月17日に行われました『InsTech オープンイノベーションビジネスコンテスト 2019』において、「隙間時間運動(WEBGYM メソッド)」の取組みが「かんぽ生命保険賞」を受賞したことをきっかけに、広く日本に浸透している「ラジオ体操」をベースに、働く人々向けの新コンテンツの開発に至りました。

■コンテンツの内容について

「#ラジレッチ」はラジオ体操で行われる10種類の動きを元に、肩こりや腰痛、むくみや疲労感を和らげる効果が期待できる動きを取り入れています。また、周囲の方にも配慮し、省スペースでかつ座りながら行える動きになっており、オフィスでのデスクワーク中や駅のホームなどの待ち時間に短時間で行うことができます。また自宅でも就寝前・起床後のベッドの上や、読書や在宅ワークの休憩中、また子どもとの遊びの中で一緒に行うなど、場所を選ばず誰でも楽しく健康習慣を身につける事ができます。



腕を回す運動



胸を反らす運動

■今後の展開について

今回のラジレッチコンテンツの開発をきっかけに、ラジオ体操をより広く普及させていく取組みを様々な面から企画していきます。また、コンテンツ開発だけではなく、システム面の構築や WEBGYM アプリのアップデートを行い、より多くの就業者の方への健康サポートサービスの開発を行って参ります。

■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: iPhone(対応 OS:iOS9.0 以上)、iPad、Apple Watch、Apple TV、Android(Android 要件 4.4 以上)

※なお、AR コンテンツは iOS12.0 以上のみご利用可能です。

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:東京都渋谷区道玄坂 1-10-8

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、WEBGYM・OASIS LINK などのスマホ App 開発・運営

URL:<https://www.sportsoasis.co.jp/>

<本件に関するお問い合わせ先>

株式会社東急スポーツオアシス マーケティング企画 塩澤・藪野

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