

報道関係者各位
プレスリリース

ひと.とき.輝く*

TOKYU SPORTS
OASIS

2020年3月23日

株式会社東急スポーツオアシス

ビキニフィットネスの東京女王が監修の自宅で出来る本気トレーニング！
～最強のトータルボディメイクプログラム「MAIトレ」がWEBGYMに登場～



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、「第54回東京ボディビル選手権大会」のビキニフィットネス 35歳以下級にて優勝され、パーソナルトレーナーとしても活躍される田上舞子さん(以下、田上さん)とコラボし、田上さんが監修するトレーニング『MAIトレ』をオアシスが運営するアプリ「WEBGYM」にて2020年3月23日(月)より配信開始いたします。

今回のコラボコンテンツは、「体を引き締めて、カッコよくなりたい」と思う方に向けて開発しました。広背筋や大腿四頭筋などの大筋群をはじめ、男女問わず非常にニーズが高い、腹部や臀部も集中的にトレーニングする事が出来ます。上半身・下半身・腹部と、それぞれ5分前後のコンテンツで構成されており、たった15分で全身をトレーニングする事が出来る、トータルボディメイクプログラムとなっています。

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

■コンテンツ開発の経緯

田上さんは、自身が生活にフィットネスを取り入れる事によって、体の変化を感じ、生活全体が豊かになった経験を元に、「少しでも多くの方が生活にフィットネスを取り入れて、生活を豊かにしたい」という想いを持って活動をされています。その想いと WEBGYM のコンセプトが重なり、今回のコラボ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

1メニュー5分程度で、30秒ごとに休憩を挟むサーキット・トレーニング方式となっています。強度は高めに設定しており、トレーニング中上級者の方でも十分に達成感を得る事が出来ます。メニューの内容は、男女問わず自宅のリビングやヨガマット1枚ほどのスペースで行える高強度のボディメイクトレーニングとなります。ダンベルなどの器具は使わず、自体重で行うことが出来るプッシュアップやクランチを初級・中級・上級と難易度ごとに動きを変化させながら、田上さんの指導に合わせて動くことによって、自宅にいながらも質の高いトレーニングを実施する事が出来ます。

お客様はご自身の体カレベルと引き締めたい部位からメニューを選択する事ができ、全身を続けて行っても 15 分で完了するので、忙しくジムに通えない方や、仕事や家事の合間をトレーニング時間にしたいと考える方に最適なコンテンツです。



■田上 舞子さん プロフィール

大学卒業後に OL として働いていた際に、シェイプアップ目的でパーソナルトレーニングジムに通い始め、その後もセルフトレーニングを継続し、国際資格である NSCA 認定トレーナーの資格を取得。現在はパーソナルトレーナーとして活躍しながら、YouTube や SNS、オンラインサロンなどでも積極的に活動を行っており、インスタグラムのフォロワーは 17 万人を超える。さらに、「第 54 回東京ボディビル選手権大会」のビキニフィットネス 35 歳以下で初優勝を飾り、テレビ番組にも活躍の場を広げています。



■今後の展開について

今後も WEBGYM は、フィットネスクラブのない地域のお客様や、トレーニング経験に関わらず「健康になって、より人生を豊かにしたい」と思う様々な世代の人が生活にフィットネスを取り入れる事ができるよう、幅広い業種の企業様や世代に合わせた著名人の方とのコラボコンテンツの開発を進め、さらに多くのフィットネスに触れる機会を提供し、より多くの方の健幸人生をサポートして参ります。

■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 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、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・望月

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