

こころとカラダに、まっすぐ響く、スマートに効く

**『 BETTER BODIES HI 』 デビュー**

～2020 年3月 南青山・外苑前に第一号店を開設～

株式会社ルネサンス（本社：東京都墨田区、代表取締役社長執行役員：吉田正昭、以下「当社」）は、新たに短時間・高効率なトレーニングによって成果を最大限に引き出すグループワークアウトスタジオ **『 BETTER BODIES HI 』**（ベターボディーズハイ）の第一号店を 2020 年 3 月上旬、東京都港区の外苑前に開設いたします。

**『 BETTER BODIES HI 』のキャッチフレーズは、『人はカラダも、生き方も、変わるようにできている。』**

「変わるなら、自分らしく」「自分のスタイルにフィットしたものを取り入れたい」といった、自分らしい価値観やライフスタイルを大切にし、自分磨き・自分投資への意欲が高い 30～40 代のビジネスパーソンにむけたグループワークアウトスタジオです。

短時間で高効率なトレーニングに加え、日常の延長にあるスマートなライフスタイルとして充実感を感じながらトレーニングができるよう、こだわりの空間やオリジナルグッズ、ドリンク＆フードを提供してまいります。

■ **BETTER BODIES HI とは**

# BETTER BODIES HI



## ベターボディを目指す、45分のグループワークアウトスタジオです。

導入するプログラムは、ベターボディを目指すすべての人のために、バイオメカニクスなど科学的理論をもとに開発されたグループワークアウト。参加メンバーそれぞれの潜在力を引き出し、45分という短時間で最大の効果を得られるよう設計しています。

### 【特徴】

- ① フィジカル、メンタルともにターゲットの特性を考慮した合理的設計で、多くの検証を通じて開発したオリジナルトレーニングプログラム
- ② プログラム専用に設計したオリジナルトレーニングマシン
- ③ 日常と非日常を自然につなぐ空間設計、身体におけるサーカディアンリズム(体内時計)を最適化する体験設計
- ④ オリジナル開発のプロテインドリンクやフードなど、食生活を含めたスマートなライフスタイル提案



トレーニングゾーンイメージ

### ■マーケットニーズ

フィットネス市場では昨今、ブティック型を中心にお客様のニーズに合わせた専門化・多様化が進み、競争が激化しています。習い事、自分磨きとして常に人気の高いスポーツ・フィットネスですが、ブティック型が乱立しているなか、「自分にあったフィットネスとは何か。」が生活者にとってはわかりにくくなっているのが現状です。また、経験者では7割近くが挫折を経験しており、その理由は、見えない効果や時間的制約などとなっています。

そんな自分らしさを求める生活者に向けて、自己投資として、短時間・高効率で継続できるワークアウトスタジオ『BETTER BODIES HI』を新たにご提案いたします。

報道関係者 問い合わせ窓口  
株式会社ルネサンス パブリックリレーション部 村角(むらずみ)  
TEL:03-5600-7811 MAIL:ml\_pr@s-renaissance.co.jp