

株式会社ベイクルーズ

2020年7月吉日

ニューノーマル時代、オンラインとオフラインでフィットネスを楽しもう

カーディオ バ ー

**LA 発のバーエクササイズ、CARDIO BARRE が
混雑を避けたい方、お仕事前や忙しい方のために、
早朝レッスンを7月13日(月)よりスタート！**

さらに、オンデマンド配信スタートにより、アーカイブからオンデマンドコンテンツが視聴可能に。
いつでもどこでもカーディオバーを楽しめる



株式会社ベイクルーズ（東京都渋谷区、代表取締役：杉村茂）が運営する、L.A.を中心にハリウッドセレブに人気を誇るバーエクササイズ「CARDIO BARRE(カーディオ・バー)」は7月13日(月)より「早朝レッスン」をスタートします。

今回の早朝レッスンは、45分という通常レッスンよりもコンパクトにまとまっていながらも、約480kcalを消費するというレッスンです。お客様から「朝の出勤前に参加できるクラスが欲しい」「混雑にならない時間帯でレッスンを受けたい」という要望を解決するレッスンです。

【コロナウイルスによるニューノーマル時代、CARDIO BARRE はオンラインとオフラインの両方に対応】

2017年に日本初上陸後、自由が丘、渋谷、新宿にスタジオ展開し、キャンセル待ちが出るほどご愛顧いただいていたCARDIO BARRE。新型コロナウイルスによるスタジオ営業休止を経て、6月から通常営業再開しました。それに伴い、オンラインレッスン「CARDIO BARRE LIVE STREAM（以下、ライブストリーム）」をスタートし、わずか10日間で新たに500名もの新規会員を獲得しました。新たに始まったニューノーマル時代、コロナウイルスによる事態の終息はまだ見えないながらも、カーディオバーは、新しい生活様式に沿ってお客様が参加しやすいよう、オフライン（STUDIO）とオンライン（LIVE STREAM）の両方に対応することで、今までと変わらないサービスとクオリティをお届けします。

◆CARDIO BARRE「早朝レッスン」概要

開始日 :2020年7月13日(月)

時間 :7:15-8:00 / 8:15-9:00

「45分の短時間でも約480kcal消費」

その他詳細は HP を参照

<http://cardio-barre.jp/index.html>

公式 Instagram : @cardio_barre.jp

◆LIVE STREAM レッソンのメリット

- ・スタジオで強度が高いレッスン参加は敷居高く感じるが、オンラインだと参加しやすい
- ・CARDIO BARRE に行きたがっていた、地方の友人に紹介できる
- ・さらに、地方の友人と一緒にレッスンを受けられる
- ・自分のペースで休憩を取りながらできる
- ・外出が不安な状況が続くので、家でレッスン参加できるのは嬉しい
- ・一人で行うことで集中できる
- ・LIVE STREAM のカメラワークが良く、スタジオだと確認し辛い動きも、
いろいろな角度から見られるのでわかりやすい。
- ・職場のランチ中、見るだけ CARDIO BARRE ができて楽しい

等の声を頂戴しており、新しいレッスンスタイルが多くの方々に受け入れられています。

【オンデマンド配信によって、もっと CARDIO BARRE を楽しめる】

CARDIO BARRE をさらに楽しんでいただくため、7月1日（水）より、オンデマンド配信をスタートしております。これまで LIVE 配信のみだったレッスン映像を、アーカイブからオンデマンド視聴が可能になることで、

「好きなインストラクターのレッスンだけ見ることができる」

「通勤中や寝る前など、いつでもどこでも見ることができる」

「お尻やくびれなど、気になるパーツだけのトレーニングを見ることができる」

といった、自分のライフスタイルや気分によって、CARDIO BARRE を楽しめるようになります。

CARDIO BARRE は、他にはないオンラインレクショナルプログラムを開発、お客様の声を反映し提供続けることで、新しいフィットネススタイルの確立という挑戦を続けます。

◆CARDIO BARRE (カーディオ バー) とは

「美しくしなやかな、女性らしい体になれる」と L.A.を中心にハリウッドセレブや美意識の高い女性達に支持されるバーエクササイズです。



バレエの動きを取り入れた体幹トレーニング、脂肪燃焼効果

が期待できるダンス感覚の有酸素エクササイズ、全身の気になる部位にアプローチする筋

肉トレーニング等によって構成される 60 分間のプログラムを、アップテンポな音楽に乗

せて行います。難しい振り付けがないため、バレエ未経験者で

も簡単にチャレンジでき、またジャンプなど特定の部位に大き

な負荷がかかる動きもないため、安全に楽しめるエクササイズとなっています。ダイエット

ト (減量) しつつ、美しいボディラインも手に入れられるカーディオ・バーは、脂肪の落

アシュリー・シンプソン、ダコ
タ・ファニング、エル・ファニン
グ、サマー・グローなど有名ハリ
ウッドセレブたちが会員に名を連
ねる。

ちにくい下腹部やお尻などの体幹、特に二の腕、内ももを中心とした下半身に効果を発揮
します。

■会社概要

【ベイクルーズグループ】

設立 : 1977年7月22日(株式会社ベイクルーズ)

代表 : 代表取締役会長窪田祐 / 代表取締役 CEO 杉村茂

本社所在地 : 東京都渋谷区渋谷一丁目23番21 渋谷キャスト 3~10F

事業内容 : レディース・メンズのトータルファッションの企画・製造・販売・

直営店の運営、

飲食店、インターネット通販サイト、フィットネスジムの運営、及

び家具の販売

HP : <http://www.baycrews.co.jp/>