

株式会社ベイクルーズ

2020年8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

外出自粛やテレワーク推奨による運動不足解消を目指し、新たに「CB

Hip Exercise (カーディオ・バー ヒップエクササイズ) 」を

STUDIO と LIVESTREAM にて 8月7日(金)スタート!

オンデマンド配信にも対応。アーカイブ視聴により、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8月7日

(金)より「CB Hip Exercise (カーディオ・バー ヒップエクササイズ)」を STUDIO レッスンと LIVESTREAM レッスンの両方でスタートします。

今回の CB Hip Exercise は外出の自粛や、政府によるテレワーク推奨による運動不足、及び下半身の筋力低下を解消するため、新たにスタートします。

CARDIO BARRE 特有であるバレエの動きをベースに、徹底的にお尻にフォーカスしたエクササイズでヒップアップだけでなく、テレワーク推奨で低下している下半身の筋力アップや、この時期の悩みに多い、むくみの改善が期待されるレッスンです。お客様から「部位に特化したレッスンを実施してほしい」「美尻を目指したい!」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1ヶ月間で新たに1000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、CARDIO BARRE 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、これまでと変わらないサービスと、これまで以上のクオリティをお届けします。

◆CARDIO BARRE 「CB Hip Exercise」 概要

■開催日

【渋谷店】

- ・ 8月10日（月） 15:00～15:30
- ・ 8月25日（火） 12:00～12:30

【自由が丘店】

- ・ 8月13日（木） 11:45～12:15
- ・ 8月30日（日） 10:15～10:45

【新宿店】

- ・ 8月7日（金） 20:30～21:00
- ・ 8月28日（金） 13:30～14:00

【LIVE STREAM】

- ・ 8月8日（土） 17:00～17:30
- ・ 8月17日（日） 9:15～9:45

公式 HP : <http://cardio-barre.jp/index.html> 公式 Instagram : @cardio_barre.jp

◆LIVE STREAM レッスンのメリット

- ・ 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、ご自身のライフスタイルやその日の気分によって CARDIO BARRE を楽しめます。CARDIO BARRE は、他にはないオンラインレッスンプログラムの開発、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 (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。



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、サミー・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。

■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/>