

マシン専門ピラティススタジオ「pilates K」

**冬にため込んだ脂肪をスッキリ燃焼！音楽にあわせて跳んで、楽しく脂肪を燃やす、  
ジャンプボードを使った新レッスン『Jump to Burn』スタート**



マシン専門ピラティススタジオ pilates K（ピラティス ケー）を運営する株式会社 LIFE CREATE(本社：札幌市中央区、代表取締役：前川 彩香)は、2020年1月よりジャンプボードを使い、高い脂肪燃焼効果を期待できる新レッスン『Jump to Burn』を全店にて導入を開始します。

pilates K は、ピラティス＝「地味・きつい」のイメージを完全に払拭するカジュアルかつお洒落なスタジオで、音楽にあわせたグループレッスンを楽しめるマシン専用ピラティススタジオです。ピラティスの専用マシン「リフォーマー」を使うことで、正しく身体を動かせるので、確実に身体に効かせてボディメイクが可能です。

新レッスン『Jump to Burn』は、マシンにジャンプボードを装着し、跳びはねるようなアクティブな動きを多く取り入れて、音楽にあわせながら楽しく体を動かします。垂直方向にジャンプするので重力の負荷を気にすることなくトレーニングが可能で、通常のマシンだけを使ったレッスンでは得られない有酸素運動による脂肪燃焼効果が高く、下半身の強化による代謝アップと引き締め効果で、さらなるダイエット効果が見込めます。またジャンプの衝撃で骨に刺激を与えることで、若さのバロメーターともいわれる骨密度をあげ、コラーゲンを生成しやすい身体に。若々しく、引き締まり整ったボディを目指します。

### ■新レッスン『Jump to Burn』 特長

(特長)

- ・ジャンプボードを使ったレッスン
- ・低強度負荷で運動量を増やし、有酸素によるダイエット効果が期待できる
- ・関節への負荷を気にすることなくトレーニングが可能
- ・ジャンプによる刺激で骨密度アップが期待できる

(期待できる効果)

- ・脂肪燃焼
- ・代謝アップ
- ・ダイエット効果
- ・姿勢改善



### ■pilates K (<https://pilates-k.jp/>)

ピラティス＝「地味・きつい」のイメージを完全に払拭するカジュアルかつお洒落なスタジオで、音楽に合わせて無理なくボディメイクを楽しめます。スタジオはグレーを基調とした大人シンプルな内装。大人の女性のライフスタイルにマッチする空間です。マシン専門ピラティススタジオとしては店舗数日本 NO.1。プライベートレッスン等、高価格で敷居が高かったマシンピラティスを手軽な価格で楽しめます。

[About] マシンピラティス とは：

米国ではピラティス＝マシンというくらいスタンダードに使用されており、ハリウッドセレブがスタイルキープのため日常的に取り入れたり、プロアスリートがチームのトレーニングに取り入れたりするほど、注目が高いエクササイズです。マシンが身体をサポートしてくれるので、安全かつ効果的に身体を動かすことができます。身体の内側、特に深層部にある小さい筋肉（インナーマッスル）に焦点を当て鍛えていくことで、持久力のある筋肉が鍛えられ、ケガをしにくくなり、しなやかな身体を目指せます。

[効果特長] マシンピラティスによる主な効果：

- 1) ボディメイク
- 2) 姿勢改善
- 3) 美所作づくり

[店舗一覧] 全5店舗：

銀座店、池袋店、なんば店、NU 茶屋町店（梅田）、仙台 Parco2 店



## ■株式会社 LIFE CREATE について

「人生を、愛そう。」を合言葉に、札幌で生まれた女性率 99%の企業です。女性の新しい生き方を通して、世の中に愛と自信があふれ、子どもたちが夢を描く社会を実現することをビジョンに掲げております。もっと多くの女性が自分を愛することができるように、女性目線でサービスやプログラム開発を行い、ホットヨガスタジオ「Iolve（ロイブ）」、サーフエクササイズスタジオ「Surf Fit Studio（サーフフィットスタジオ）」、マシン専門ピラティススタジオ「pilatesK（ピラティスケー）」の3ブランドを運営し、心動かすエクササイズを全国にお届けしております。

## ■会社概要

商号 : 株式会社 LIFE CREATE  
代表者 : 代表取締役 前川 彩香  
所在地 : 〒060-0004 札幌市中央区北4条西5丁目アスティ 45 2階  
設立 : 2008年4月  
URL : <http://be-lifecreate.com>

### 本件に関するお問い合わせ先

株式会社 LIFE CREATE マーケティング部 担当：武田（CP:080-3292-9622）

Email: [takeda@be-lifecreate.com](mailto:takeda@be-lifecreate.com) TEL: 03-6868-0803