

ダイエットの成功の秘訣は、“チーム”

16週間8人ひとつのチームで取り組む人生最高のダイエット体験

『BeTEAM』 正式始動

コロナ太り・人との交流の希薄化…現代ニーズに応える
日本初のチームオンラインダイエットアプリ

女性専用のフィットネスブティックスタジオを運営する株式会社LIFE CREATE（本社：北海道札幌市、代表取締役：前川彩香）は、2021年8月16日（月）より日本初※となるチームコーチングを用いてダイエットを行うアプリサービス『BeTEAM』を正式始動いたします。

※2021年8月自社調べ



『BeTEAM』は、独自の糖質コントロールメソッド「グリコンダイエット®」での食事管理や、オンライントレーニング「Beトレ」でキレイに痩せるトレーニングなど、オンラインのみで8人のチームメンバーがとなり、共に励ましあいながら16週間ダイエット目標にむかって取り組む感動型ダイエットサービスです。ダイエットを続けるための我慢や努力を促すのではなく、“チーム”の力がダイエット成功に導きます。完全オンライン型でありながらも、毎日アプリで“チーム”とつながり、仲間からの熱いメッセージがダイエットの励みとなり、そして時に、感動を生み出します。ローンチ前のモニターテストでは、**46人がダイエットに成功し、合計377.4キロ(1人あたり平均8.2キロ)の減量に成功**。1人ぼっちのダイエットに何度も挫折し諦めていた方も、1人ではスタートできなかった方も、**チームだから変わる、人生最高のダイエットを『BeTEAM』でお届けします。**

これまででない、ダイエット体験がここに！コロナ禍の女性ニーズに応える新感覚オンラインサービス
当社は、「人生を、愛そう。」を合言葉に、札幌で生まれ、女性社員割合が99%の企業です。「自分を愛し、輝く女性を創る」を企業ミッションに掲げ、3ブランド全国77店舗の女性専用フィットネススタジオを展開し、カラダとココロを動かすエクササイズで、女性たちのウェルネスを応援しています。

新サービス『BeTEAM』は、これまで当社が培ってきた女性のための商品開発力と、女性企業ならではのチームで成果を創る人材育成メソッド「チーム・エンパワーメントシステム」をかけあわせ創出。コロナ禍において高まる健康需要・コロナ太り解消ニーズに対して「痩せる結果」のサポートはもちろん、長引く外出自粛やリモートワークの定着など、人との関係性の希薄化が問われる現代において、チームコーチングを用いて共に笑い、共に涙し、共に励ましあう、仲間とのコミュニケーション共感によって、これまででないダイエット体験を提供いたします。

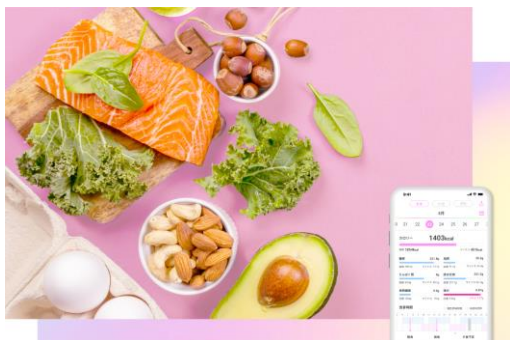
16週間を4 TERM（ターム）に分けて設計！チームの力で成果が高まるカリキュラム

週1回BeTEAMビデオ機能を使いオンラインで集まる「チームミーティング」を開催。チームミーティングでは、目標設定や座学、オンライントレーニング「Beトレ」を行います。

またチームチャットで、毎日メンバー同士でリアルタイムにダイエット状況を共有していきます。



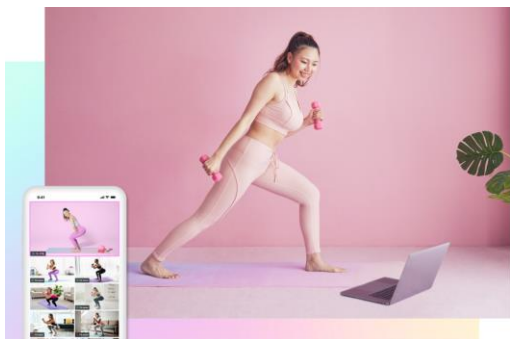
『BeTEAM』 3 Diet Method



①グリコンダイエット 無理な糖質オフではなく、 糖質量をコントロールする食事管理方法

肝臓内に貯蔵するグリコーゲン（糖質）量を30%～60%にコントロールすることで、脂肪が燃えやすい状態を維持し、ダイエット効果を高める食事管理方法。

無理な糖質制限を行わない点がポイント。女性の身体に合ったダイエット方法なので、ストレスなく食事管理を行うことができます。



②Beトレ（BeTEAMトレーニング） 週に1回のチームで行うオンライントレーニングで キレイに痩せるための筋力づくり

16週間のダイエット期間にあわせ、効果的に設計された運動プログラム。サービス終了後も、リバウンドしにくく、体型維持を目的にこだわりをもって開発。

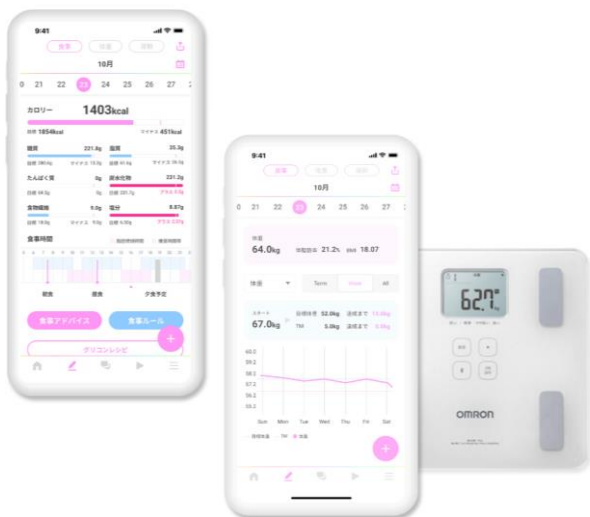
オンラインで、いつでも見れるトレーニングビデオはもちろん、週1回チームメイトとオンラインで顔をあわせてBeトレを行うことで、仲間と共に楽しくトレーニングが可能。



③チームコーチング 「続かない」ダイエットを 『チーム』の力で成功するダイエットに

アメリカでビジネスやアスリートに取り入れられているチームコーチング。チームで目標を決めて結果を出すために取り組むプロセスを、ダイエットに適用。

日々のチャットや、週1回のチームミーティングで、仲間とコミュニケーションを行いダイエット目標にアプローチ。誰かと一緒だから頑張ることができ、チームの力がダイエットを成功に導きます。



①きろく機能

**体重・食事・運動の記録をアプリ1つに集約
さらにチームチャットにシェアする機能も**

毎日の体重記録は付属の体重計からデータを自動送信で簡単連携。

食事記録は、食事名や食材を記録するとカロリー・栄養素が自動で計算され、目標の体重を目指すための、これからのカロリーや糖質を確認することができます。

運動記録は、アプリ内に収録されているトレーニングビデオの視聴に応じて、消費カロリーも記録。

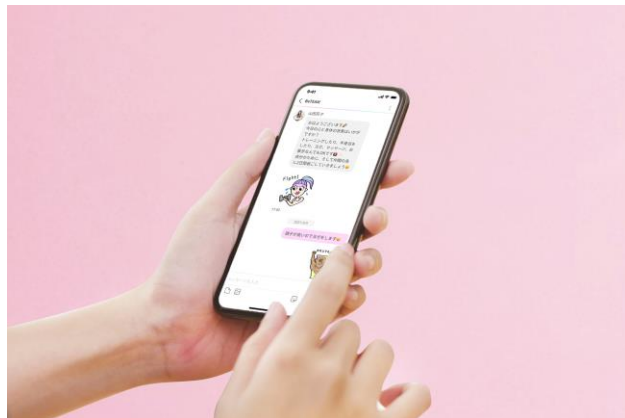
さらにボタン1つで、それぞれの記録をチームチャットにシェアできます。トレーニング報告や体重数値の共有はもちろん、食事内容は写真と共に共有。つらい食事制限も、チームメイトの食事を参考にしながら楽しみながら頑張れます。

②チームチャット機能

**ダイエット進捗の報告はもちろん、励ましや
気持ちの共有で、結果をだすダイエットに**

毎日の食事内容をチャット機能で報告し合います。チームメイトの食事や運動記録を見ることで「私も頑張ろう!」とやる気になります。

また、オリジナルスタンプや励ましのメッセージが最後まで頑張る力になります。

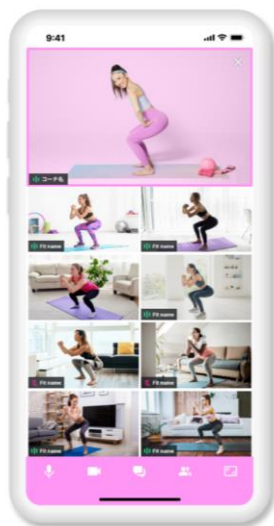


③ビデオ機能

**週1で集うチームミーティングの開催や、
自宅用トレーニングビデオの視聴が見放題**

週に1回行われる「チームミーティング」ではアプリ内のビデオ機能を使いコーチとチームメイトと一緒に集います。

またオリジナルのトレーニングビデオも収録。その日の気分に合わせてビデオを選び、いつでもどこでも楽しんでトレーニングができます。



『BeTEAM』テストモニターによるダイエット結果

ローンチ前のテストモニターでは、46名のモニター合計377.4キロ(1人あたり平均8.2キロ)の減量に成功しています。

モニター人数46名 (ダイエット期間16週間)		
減量数	合計	377.4キロ
	平均	8.2キロ
	最大値	17.3キロ
	最小値	3.4キロ

モニター詳細		
スタート時体重	平均	59.1キロ
	最大値	80.2キロ
	最小値	45.0キロ
終了時体重	平均	50.9キロ
	最大値	64.5キロ
	最小値	40.0キロ

CASE#1

16週間で **-16kg**

1st Week **80.2kg** 16th Week **64.2kg**

Filename: NATSUMI
20代 / 身長 168 cm

CASE#2

16週間で **-13.5kg**

1st Week **62.5kg** 16th Week **49.0kg**

Filename: MISA
30代 / 身長 160 cm

CASE#3

16週間で **-13.3kg**

1st Week **63.5kg** 16th Week **50.2kg**

Filename: MARIKO
40代 / 身長 155 cm

CASE#4

16週間で **-11.2kg**

1st Week **68.0kg** 16th Week **56.8kg**

Filename: MIKI
20代 / 身長 163 cm

CASE#5

16週間で **-10kg**

1st Week **66.5kg** 16th Week **56.5kg**

Filename: KAZUMI
40代 / 身長 169 cm

CASE#6

16週間で **-7.2kg**

1st Week **55kg** 16th Week **47.8kg**

Filename: MAI
40代 / 身長 155 cm



BeTEAM

- 名称 : BeTEAM (ビーチーム)
- カテゴリ : オンラインチームダイエットサービス
(アプリ配信 : AppStore/GooglePlay)
- 期間 : 16週間
- 対象 : 女性限定 (18歳以上) ※BMI値の入会条件有
- 価格 : 分割払い7,600円~ (24回の場合※6回~選べます)
一括払い160,600円(税込)
※キャンペーンによって価格は異なります
※入会金 (11,000円) 別途
- HP URL : <https://beteam-diet.com/>

<ロゴにこめた想い>

それぞれの色を持ちそれぞれの輝きを持つ8つのダイヤ。
8つのダイヤは自分の色も輝きも知らない。
自分の色を知り、輝きを知り、もっと自分を愛した時。
そして仲間を愛した時。
それは1つの大きな輝きとなる。

8色のダイヤを合わせることで、沢山の色が生まれ、1つの大きな輝くダイヤになるモチーフ。チームで、仲間を取り組むことで自分の新しいカラー(気づき)を見つけ、さらに輝くことを表現しています。

<株式会社LIFE CREATEについて (<https://be-lifecreate.com/>) >

「人生を、愛そう。」を合言葉に、札幌で生まれた、女性社員割合が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、ホットヨガスタジオ「loIve (ロイブ)」、日本初のサーフエクササイズ専門スタジオ「Surf Fit Studio (サーフフィットスタジオ)」そしてマシン専門ピラティススタジオ「pilates K (ピラティス ケー)」の3ブランドを通して全国に“ココロ動かすエクササイズ”提供しております。

(会社概要)

会社名 株式会社 LIFE CREATE
(ライフクリエイイト)
代表者 前川 彩香
資本金 1300万円
本社所在地 北海道札幌市中央区北4条西5丁目
アスティ45ビル2F
事業内容 ホットヨガ事業
サーフエクササイズ事業
ピラティス事業
URL チームコーチング事業
be-lifecreate.com



LOIVE 全国63店舗
Surf Fit Studio 7店舗
Pilates K 7店舗
(※2021年7月末時点)