



ボディメイクの新時代へ！ Are You READY！？  
筋トレでなりたいジブンをMAKEしよう

**日本初！筋トレマシンを使ったグループパーソナルジム  
『REDY'S GYM』**

2022.10.15（SAT） OPEN

【URL】 <https://redysgym.jp/lp/trial/>

女性専用のフィットネススタジオを運営する株式会社 LIFE CREATE(本社：北海道札幌市中央区、代表取締役：前川 彩香)は、2022年10月15日（土）に、日本初※となるマシンを使ったグループで筋トレを行う女性専用グループパーソナルジム『REDY'S GYM（レディーズジム）』をクレフィ三宮にオープンいたします。

※マルチファンクショナルマシンを18台以上使い、筋トレをグループレッスンで行うスタジオとして日本初（自社調べ：2022年8月末時点）



『REDY'S GYM』は、ただ体重をおとすダイエットではなく、ヘルシーでセクシーな“美ボディ”を目指す女性たちのニーズにあわせ、“**I MAKE MYSELF!**”をブランドコンセプトに、**なりたい自分になるためのボディメイクを応援するグループ筋トレマシンスタジオ**です。パーソナルジムで少数導入が定番の筋トレ専用マシン「マルチファンクショナルマシン」を、当スタジオでは18台と大規模導入。複数台のマシンを、グループで同時に使い、音楽にあわせてカウントをとりながらトレーニングを行う仕様は、弊社独自のプログラムです。レッスンを行うスタジオは、非日常感と没入感を味わえる赤いライトに照らされた暗闇スタジオ。マシンが創り出すパーソナルな空間で自分にコミットしながらも、一緒にレッスンに参加するトレーニーたちとのグルーブ感を味わえるレッスンは、筋トレ=キツイイメージを払拭し、楽しみながらなりたい自分をMAKEする45分間を提供します。

店内は、パッションとパワーに満ちあふれた赤をキーカラーに、スタイリッシュなNYテイストを取り入れた空間で、女性たちのエクササイズ習慣をおしゃれにいろどります。また一人ひとりのなりたい理想に近付けるトレーナーによるサポートや、グループレッスンならではの気軽さと価格の手頃さで、女性たちの新たな筋トレカルチャーの創出を目指してまいります。

<本件に関するお問い合わせ先>  
株式会社LIFE CREATE 「REDY'S GYM（レディーズジム）」 広報：田中（携帯：070 1536 6519）  
TEL：03-6868-0803 Mail：pr@be-lifecreate.com

# 『REDY'S GYM』ブランドコンセプト



心躍るアップテンポなMUSICに、POWER溢れるインストラクション。

筋トレと音楽を融合した新感覚のグループパーソナルジム。

赤い光に満ちたPOWERみなぎる空間で、トレーニー達とのグルーブを感じながら自分をMAKEする45分。

なりたい自分は自分でつくる！  
準備はいい？  
Are you REDY'S?

## 『REDY'S GYM』ブランド特長

### POINT①

**筋トレの新定番へ。ボディメイクのための筋トレを、パーソナルではなく、グループで。**

スタジオで利用するマルチファンクショナルマシンは、パーソナルジムでの導入実績が豊富な多機能型で、1台で複数のトレーニングを効率的に行うことができます。

グループスタジオだからこそ実現できる手頃な価格と、気軽に通える雰囲気、パーソナルジムのハードルを感じているユーザーのニーズにこたえます。

	REDY'S GYM	パーソナルジム A社	パーソナルジム B社
受講料	14,000円 ~22,000円/月	16回 239,000円	16回 327,800円
1回あたりの料金	2,750円~ <small>※マンスリーメンバーの場合</small>	14,937円	20,487円
入会金	5,500円	35,000円	55,000円

※全て税込み、2022年8月自社調べ



### POINT②

**「筋トレ=キツイ」イメージを変える。女性の筋トレのニュースタンダードを目指すプログラム**

筋トレ専用マシンを使い、グループでトレーナーの指示の元、アップテンポな音楽に合わせてレッスンを進めていきます。パーソナルジムで取り組むようなマシン専門トレーニングで、効率的なトレーニングが可能になります。

赤いライトに照らされた暗闇スタジオの中で行われるレッスンでは、マシンが創り出すパーソナルな空間で自分にコミットしながらも、一緒にレッスンに参加するトレーニーたちとのグルーブ感を味わえます。筋トレ=キツイイメージを払拭し、楽しみながらなりたいカラダをボディメイクする新感覚な45分間のフィットネス体験を提供します。

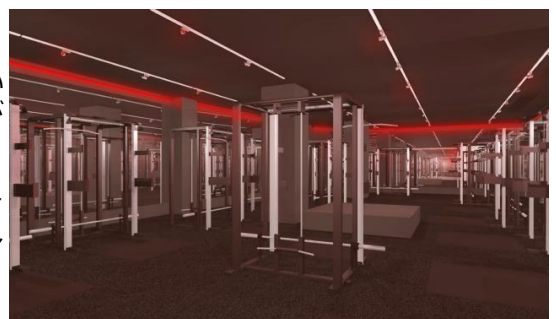


### POINT③

**女性たちの筋トレルーティンが進化！？NYスタイル×暗闇×音楽が融合するエンターテイメント空間**

店内は、パッションとパワーに満ちあふれた赤をキーカラーに、スタイリッシュなNYテイストを取り入れ、女性たちが通い続けたい空間を設計しました。またマシンが立ち並ぶスタジオは、赤いライトが照らされた暗闇空間で、アップテンポな音楽にあわせながら新感覚なフィットネス体験が可能です。

エンターテイメント性抜群なスタジオで、女性たちのエクササイズ習慣をおしゃれにいろいろ、女性たちの新たな筋トレルーティン創出を目指します。



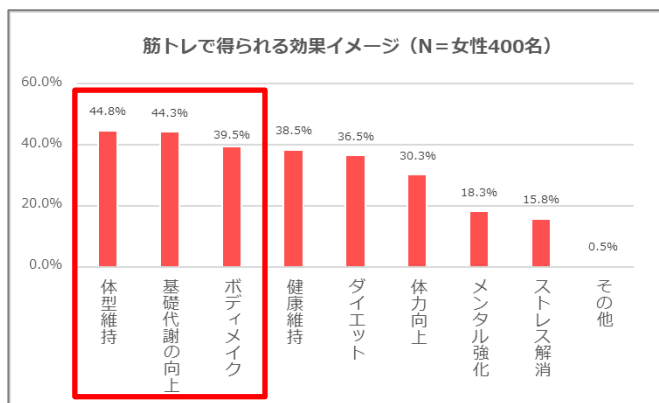
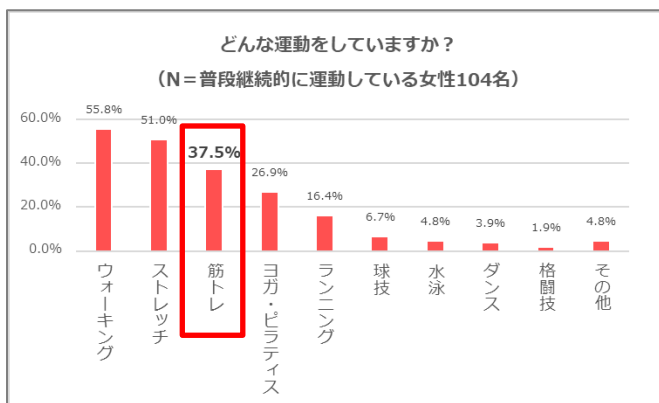
# #筋トレ女子 のハッシュタグ数は372万件！※ 女子たちが、“筋トレ”でボディメイクする時代に！

※2022年8月16日時点

## ボディメイク目的に、女性たちの筋トレ注目度も上昇中！？

Instagram上の「#筋トレ女子」のハッシュタグ件数は372万件にものぼり、女性たちの筋トレにまつわる多くの情報がシェアされています。

「女性の運動ニーズ調査2022（調査主体：LIFE CREATE）」において、普段継続して運動している人が取り組んでいる種目として、筋トレは、ウォーキングやストレッチに次いで全体37.5%と第3位の結果となりました。男性イメージが強い筋トレですが、女性にとっても日常的に取り入れやすい運動として定着していることがうかがえます。また筋トレで得られる効果イメージとして、「体形維持（44.8%）」「基礎代謝の向上（44.3%）」「ボディメイク（39.5%）」がトップ回答となり、女性たちにとって、**筋トレが自分のなりたい理想の体型づくりのために取り組むもの**、といったイメージがあることもわかりました。



### <女性の運動ニーズ調査2022 調査概要>

- 調査対象：20歳～59歳までの女性400名
- 調査方法：インターネット調査
- 調査期間：2022年5月24日～5月25日
- データ提供元：Freeasy

## 『REDY'S GYM』店舗情報

スタジオ名 REDY'S GYM神戸三宮店  
 住所 兵庫県神戸市中央区三宮町1丁目4-3  
 クレフィ三宮7階  
 営業時間 (火・水・金) 10:00~22:00  
 (木) 17:00~21:30  
 (土) 10:00~18:15  
 (日) 10:00~16:00  
 料金 月4会員 14,000円(税込)～  
 URL <https://redysgym.jp/lp/trial/>



### <先行入会キャンペーン概要>

先行入会特典①お申込み初回手数料0円（通常初回手数料：入会金5,500円、事務手数料5,500円）  
 先行入会特典②10月～11月の2か月分受講費0円（通常月会費：税込14,000円～22,000円）  
 ※プラン適用には条件があります

- 申込期間：9月1日（木）9時～10月13日（木）19時まで
- 申込URL：<https://redysgym.jp/lp/trial/>

＜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。「自分を愛し、輝く女性を創る」を企業理念に掲げ、カラダと心を動かすエクササイズを提供することで女性たちのウェルネスを応援しています。

会社名 株式会社 LIFE CREATE  
(ライフクリエイト)

代表者 前川 彩香

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 ホットヨガスタジオ「loIve (ロイブ)」全国63店舗  
サーフエクササイズ専用スタジオ「Surf Fit (サーフフィット) 全国6店舗  
マシン専門ピラティススタジオ「pilates K (ピラティスケー)」全国9店舗  
グループパーソナルジム「REDY'S GYM (レディーズジム)」

※2022年8月末時点

