

プレスリリース

世界中で大人気のフィットネスアプリ「Freeletics」 の日本語版が登場

2014年11月4日、ミュンヘン – ドイツ発祥のFreeleticsは世界中で大人気のフィットネスアプリです。Freeleticsはスマートフォンを使用して行えるトレーニングシステムで、トレーニングは各ユーザーに合わせてカスタマイズされるため、成果とやる気が続きます。トレーニングは幅広い年齢層やレベル、そして様々な目標に対応しており、いつでもどこでも自由に行うことができます。現在Freeleticsでは、主要アプリ「Bodyweight」の多言語化を進めています。日本の皆様にも肉体面・精神面の可能性を最大限に引き出していただくべく、今回「Freeletics Bodyweight」の日本語版がリリースされることとなりました。日本語版は、英語、ドイツ語、フランス語、スペイン語、ポルトガル語、イタリア語、トルコ語に続く8言語目のリリースとなります。先日、Freeleticsのユーザー数は1200万人を超えました。これはデンマークとシンガポールの人口を足した数より多い数字です。

「日本は大きな可能性を秘めたマーケットです。近年、日本ではジムの登録人数やスポーツ系のウェアラブル端末の売り上げが増加しています。フィットネスに対する関心が高まっているからでしょう。」Freeleticsの代表取締役、ダニエル・ソバーニはこう語ります。「日本の皆様の心身の健康向上のためお手伝いできることを、大変嬉しく思っています。」Freeletics Bodyweightは、自重（自分の体重）だけを使った短時間で効果的な高強度トレーニングになります。アプリに収録されている1000種類以上の自重トレーニングは2m×2mのスペースで行えるように設計されているので、トレーニング器具やジムは必要ありません。いつでもどこでも、自由にトレーニングを行うことができます。

トレーニングプランの「Coach」を定期購入することにより、トレーニングをさらにカスタマイズすることができます。「Coach」では、各ユーザーの目標やレベルに合わせた個別のトレーニングプランが毎週作成されます。「Coach」は初心者から上級者まで、幅広いニーズに対応しています。まず最初に「アスリート測定」を行い、その結果を分析し、各ユーザーのレベルと目標に合わせてトレーニング内容がカスタマイズされます。チュートリアル動画や詳細説明で正しいテクニックを確認しながらトレーニングを行うことができます。週間プログラムを完了する際、ユーザーはその週のトレーニングの内容や難易度に関する質問に答えます。このフィードバックに基づいて各ユーザーの進捗状況を分析し、トレーニングは継続的にカスタマイズされます。スマホ上のパーソナルトレーナー「Coach」をはじめとする全機能を、今後は日本語でご利用いただけます。

「誰でも自分自身の健康状態を管理して目標を達成することができます。」ソバーニはそう語ります。「世界中の人々が『最高のカラダ』を手に入れるためサポートする事。それがFreeleticsの最終目的です。日本語版のリリースは我々にとって大きな一歩です。」

Freeletics Bodyweightアプリはただのトレーニングプログラムではありません。Freeleticsは世界中の1200万人以上のユーザーが集うコミュニティに支えられています。アプリにはFreeletics独自のSNSが搭載されており、ユーザーは目標や進捗をシェアしたり、互いを応援したり刺激して、やる気を持続できます。新規登録ユーザー数は1日あたり12,000人以上に上り、健康で力強いライフスタイルを目指すコミュニティは日々拡大しています。皆さんにより速く「最高のカラダ」になれるよう豊富な選択肢を提供するべく、今年Freeleticsは3つの新作アプリを発表しました。すべて、スポーツ科学者やプロアスリートと協力して開発されたアプリです。「Coach」を定期購入すると、下記全てのアプリへのアクセスが可能となります。異なるトレーニングを組み合わせることにより、さらに短期間で目に見える結果が出て、その結果が持続します。

- [Freeletics Gym](#)（現在日本語版はございません。）：バーベルやダンベルを使ったジムでのトレーニングをサポートします。ジムで効率良くトレーニングを行い、さらなる成果を出すことができます。
- [Freeletics Running](#)（現在日本語版はございません。）：負荷の高低を効果的に繰り返すプログラムで、まったく新しいランニング体験をご提案します。
- [Freeletics Nutrition](#)（現在日本語版はございません。）：Freeleticsの最新アプリです。各ユーザーの目標に合わせたレシピで、健康で充実した食生活をご提案します。カロリー計算は必要なし。リバウンドの心配もありません。

Freeleticsに関するさらなる情報はウェブサイト www.freeletics.com（現在日本語には対応していません。）にてご覧ください。Freeletics Bodyweightの日本語版は[App Store](#)または[Google Play Store](#)から無料でダウンロード可能です。

Coachの定期トレーニングプランの料金：

iOS:

- 3ヶ月：€34.99
- 6ヶ月：€59.99
- 12ヶ月：€79.99

Android:

- 1ヶ月：€12.99
- 3ヶ月：€34.99
- 12ヶ月：€79.99

Freeleticsのオンラインメディア：

- Instagram：<https://www.instagram.com/freeletics>
- Facebook：<https://www.facebook.com/freeletics>
- ウェブサイト：<https://www.freeletics.com>

お問い合わせ：

広報担当（日本担当）：横山綾乃

Eメール：ayano@freeletics.com

携帯：+49-176-35749675

広報担当（PRマネージャー）：サラ・ブラウン

メール：sarah.braun@freeletics.com

携帯：+49 (0) 176 60962361

住所：Lothstraße 5, 80335 ミュンヘン、ドイツ

Freeleticsについて

「Freeletics」は創立時から「世界中の人々の肉体的・精神的な可能性を最大限に引き出し、過去最高の自分になれるお手伝いをする」という基本理念の下に努力を積み重ねてきました。「Freeletics」では、肉体的な運動能力だけではなく、意志の力や自分に対する自信など、精神面の強化も重要視しています。これらは全て、人生の目標を達成するために必要な要素です。

2013年の創立以来、160カ国で1200万人以上のユーザーが登録し、「Freeletics」は世界で最も人気のフィットネスムーブメントのひとつとなりました。社員の雇用環境に関しても、新基準を設けており、チームワーク、情熱、パフォーマンスを最優先事項としています。140人を超える社員たちは、Freeleticsを国際的なスポーツ、そしてライフスタイルとするため、日々アプリの改善・開発に取り組んでいます。