



PRESS RELEASE

報道関係者各位

2023年1月27日
株式会社 ZEN PLACE

ヨガ初心者から経験者まで、ヨガを通してウェルビーイングになるための レッスンx座学の3ヶ月集中コース「Yoga for Well-being 3ヶ月パッケージ」 — 2023年1月27日（金）より導入開始・いつでもスタート可能 —

最先端研究結果・科学をもとに、テクノロジードリブンでシームレスな事業展開により Holistic Wellness と Well-being の実現を目指す株式会社 ZEN PLACE（本社：東京都渋谷区 代表取締役：尾崎成彦）は、ヨガを通してウェルビーイングになるためのレッスンx座学3ヶ月集中コース「Yoga for Well-being 3ヶ月パッケージ」を2023年1月27日（金）より導入開始いたします。

尚、本パッケージは、プライベートレッスン5回、グループレッスン36回、講義4日間が含まれ、ご自身の予定に合わせていつでもスタート可能です。



お申し込み・詳細はこちら：<https://www.zenplace.co.jp/classes/package69/>

Yoga for Well-being 3ヶ月パッケージ

2004年からヨガ・ピラティス界のリーディングカンパニーとして、世界トップの企業・団体との提携を通して、18年間世界レベルの正統派で本物のヨガ・ピラティスを提供している zen place は、ヨガ本来の目的であるウェルビーイングの状態になるために必要な知識とボディワークを学ぶことができる「Yoga for Well-being 3ヶ月パッケージ」を2023年1月27日（金）より全国の zen place yoga スタジオで導入開始いたします。

このパッケージは、ヨガ・プライベートレッスン5回、ヨガ・グループレッスン36回、講義4日間が含まれる3ヶ月の短期集中プランです。

この3か月を超えることで、その後もヨガをライフスタイルの1つとして、自分で自分の心と身体を良くしていくようになっていく習慣化の基盤をつくることができます。



Yoga for Well-being 3ヶ月パッケージ開発背景

今や「ヨガ」は国民的な習い事にも関わらず、多くの方は「長く続けられない」と言います。ブームとして取り上げられた「瞑想」もほとんどの人が続きません。そこで、zen place は、「多くの方がヨガや瞑想を継続できない理由は何なのか」に着目しました。

まず、zen place は、ヨガは継続することでヨガの本当の良さがわかると考えています。ヨガの本当の良さとは、継続することで「人生そのものが豊かになる方向に進むもの」であり、美しくしなやかで安定した心、身体の内側も内臓機能・免疫機能などが強化され、見た目にも美しく伸びた姿勢やゆるんだ肩、広がった鎖骨や胸という美しい身体に導くものです。

ところが、現在の日本では多くの方がヨガをフィットネスやストレッチとしておこなっており、その結果としてヨガ本来の目指している心と身体とは違う方向に向かっているのではないかと、だから継続することが難しいのではないかと考えています。

さらに、日本では「ウェルビーイング」が理解されづらい概念である現状があります。zen place は、ウェルビーイング創造企業として「ウェルビーイング」という人間の人生を豊かにする状態がどういうものであり、それがどのようにすることで得られるのかを学び、理解することが重要であると考えました。

正統派で本物のヨガレッスンを提供している zen place は、「ウェルビーイングとは何か」から、ウェルビーイングな状態になるために必要な身体の状態やヨガのボディワークの正しい方法を学び、ヨガをライフスタイルの1つとして習慣化をするために、集中的にスケジュールに入れてやり始めるための3ヶ月パッケージをつくりました。

必要な知識とボディワークを学び、ウェルビーイングな状態になるという「ヨガ本来の目的」を理解し、ヨガがきつい・ヨガを頑張っている日々から、少しずつヨガが自然で心地よい楽しいものになり、そして、この3ヶ月を終える頃には、ヨガがライフスタイルの1つとなり、自分自身はもちろん、自分の大切なひとの人生観・人生が変わる一生の趣味になることを願っています。

こんな方におすすめ！

- ・ウェルビーイングな状態を目指したい
- ・ウェルビーイングを学びたい
- ・ヨガやジム通いが続かなかった
- ・運動経験があまりない、運動が苦手
- ・感情のコントロールができるようになりたい
- ・ストレスと上手に付き合いたい
- ・メンタルを安定させたい
- ・年齢とともに体調や身体の変化を感じる
- ・趣味が欲しい



【Yoga for Well-being 3ヶ月パッケージ】概要

パッケージ内容

- ・グループ講義：全4日間
- ・グループレッスン：36回チケット
- ・プライベートレッスン：5回チケット

料金

- ・zen place 月フリー会員：108,000円（税込）
- ・新規会員様：158,000円（税込）

受付・受講開始日

2023年1月27日(金)以降随時

有効期限

3ヶ月

レッスンスタジオ

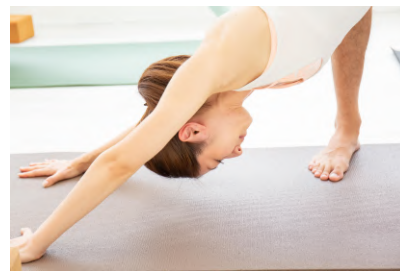
zen place yoga 全スタジオ

講義スタジオ*

zen place yoga スタジオ

講義日時*

週末など 13:00 - 20:00



※講義会場、講義日時は開催日により異なります。別途スケジュールをご確認ください。

zen place yoga

国内100店舗以上のヨガ・ピラティス専門スタジオ「zen place」は、「ウェルビーイングとは何か」を約15年の歳月をかけ徹底的に追求し、今なお追求し続けています。

zen place yogaは、ストレッチや体操、筋トレやフィットネスを目的としたヨガではありません。瞑想を起点に「本当の自分」を知り、明るく前向きにウェルビーイングに生きていくために考え抜いたヨガ。

長年、本質的なヨガを世界の教育団体や指導者から直接学び、知識と経験を蓄積し、生きにくい現代を生きるひとために最新科学に基づいた、現代をウェルビーイングに生き抜くための智慧をまとめたヨガ・インストラクター資格コースの開催も行なっています。

Well-BEINGをライフスタイルに

Since 2004 - zen placeはピラティス・ヨガ界のリーディングカンパニーとして、BASIピラティス、BalancedBody®、YogaWorks®、ビクラムヨガなど、ピラティス・ヨガの世界Top企業・団体との提携を通して、18年間世界レベルのピラティス・ヨガを提供し続けてまいりました。

ピラティス・ヨガを単なる運動、フィットネスとしてとらえるのではなく、心と身体を変える科学的なメソッドとして、日本のウェルビーイングを向上させるために日々努力しております。

zen placeのピラティス・ヨガは、最先端テクノロジーやサイエンス、研究結果をも学び続けたピラティス・ヨガです。

私たちと一緒に、Well-BEINGの実現とその先へ。

zen placeの3つの特長

■Scientific 科学的なアプローチだから、効果が出る

18年間の継続的なりサーチによる科学的知見に基づいた方法論で、ヨガ・ピラティスの効果を最大化します。

■Global グローバル基準の質が高いレッスン

グローバルな環境で世界トップの教育制度で学んだインストラクターが指導するため、質の高い丁寧なレッスンを受けられます。

■Authentic 本物のヨガ・ピラティスレッスンをいつでも好きな場所で

正統派で本物のヨガ・ピラティスレッスンをレッスンは、朝 7:00~夜 22:00 まで、スタジオ & オンラインでも受講できます。全店駅チカ・豊富なレッスン数で継続できる環境です。全国 110 スタジオ以上・ピラティス・ヨガの他店利用 OK！※

※: 一部店舗・レッスンにより差額が発生する場合があります。

zen place 詳細はこちら：<https://www.zenplace.co.jp/>

株式会社 ZEN PLACE

「日本のウェルビーイングを世界最高にする」。国内ピラティススタジオ数 No.1^{※1}を誇る当社は、サービス業界にイノベーションを起こしている最先端の Web3.0 DX 企業であり、ウェルビーイング創造のリーディングカンパニーです。

ZEN PLACE は、最先端研究結果・科学をもとに、グローバルな環境で DX・Web3.0 との融合を行い、日本国内だけでなく中国をはじめとする海外のピラティス・ヨガスタジオの運営や、学びを深める養成コースやワークショップ、Well-being を促進する自社開発アプリや AI 解析サービス、豊かな一生をサポートするヘルスケア・アプリの開発やクリニック・訪問看護、さらに免疫や内蔵機能の調節など様々な生体機能に効果があるといわれている CBD を取り扱う EC サイト運営や自社開発など、ZEN PLACEらしいユニークでシームレスな事業展開で Holistic Wellness と Well-being を実現し、社会に変化をもたらすユニークでオンリーワンの会社です。

※1: 自社調べ(2023年1月)

商号 : 株式会社 ZEN PLACE

代表者 : 尾崎 成彦

所在地 : 東京都渋谷区広尾 3 丁目 1 2 - 3 6 ワイマツ広尾 4 階

業種 : ヘルスケア



■ZEN PLACE 関連サイト

スタジオ Website	https://www.zenplace.co.jp/
アカデミーWebsite	https://ac.zenplace.co.jp/
コラムサイト	https://www.zenplace.co.jp/column/index.php
オンラインストア	https://zenplaceonline-store.myshopify.com/
CBD オンラインストア	https://cbd.zenplace.co.jp/shop
コーポレート Website	https://corporate.zenplace.co.jp/
公式 Instagram	https://www.instagram.com/zenplace_official/
公式 Twitter	https://twitter.com/zenplace_jp
公式 YouTube	https://www.youtube.com/channel/UC-N5VcKtH5XQLoOQonXDkpw

本件に関する報道関係者のお問い合わせ

株式会社 ZEN PLACE

マーケティング室 PR 担当：福田

メールアドレス：n.fukuda@zenplace.co.jp, zen_marketing@zen-jp.info