

2019年12月9日  
株式会社ブラボーグループ

教育現場で最新の U.S.フィットネスエクササイズを  
授業カリキュラムとして提供開始



フィットネス関連コンテンツの販売を行う株式会社ブラボーグループ（本社：東京都千代田区、代表取締役 CEO：稲辺裕樹、以下 ブラボーグループ）は日本で総代理店として展開をしている「MOSSA プログラム」が、教育現場で教職員の負担を軽減し、且つ、教育として学生の運動効果の確保や体力レベルの向上に繋げることを目的として、2019年9月より桐朋中学校（東京都国立市）の体育の授業に採用されました。

MOSSA プログラムは一人でも多くの皆様に動いてもらうということをミッションとした「Let's Move!」「誰でもできる、楽しめる」を合言葉に、フィットネスクラブを中心にサービスの展開をしているレッスンプログラムで圧倒的な人気を誇っております。筋トレやヨガ、格闘技など様々なエクササイズを流行の音楽に合わせて楽しく行うことができ、現在、北米、ヨーロッパ、中東、アジアで約 1,700 を超える施設で述べ 11 種類のライブプログラムと 4 種類の映像プログラム「MOSSA Digital Workouts」を展開しております。

MOSSA : <https://www.mossajapan.com/>



MOSSA FIGHT（格闘技系のエクササイズ）

## ■サービス概要

全国のフィットネスクラブを中心にスタジオレッスンとしての導入実績をもつ MOSSA が桐朋中学校の体育の授業に採用されました。MOSSA は U.S. で開発されたプログラムで、1 プログラム 300 時間以上をかけて開発され、約 150 回以上の事前テストを繰り返し行い、プログラムの音楽や構成、ムーブメントが安全（安全基準は訴訟大国アメリカの ACSM（アメリカスポーツ医学会）を準拠しています。）で高揚感に満ちたプログラムであると認定をされたものを提供しております。

今回は桐朋中学校 1 年生の学生を対象に、MOSSA プログラムでも不動の人気を誇る格闘技エクササイズを毎週 1 回の映像プログラム（MOSSA FIGHT）と MOSSA National Trainer によるライブプログラム（Group Fight）で実施しました。



総勢 300 名以上による Group Fight のライブレッスン



終了後の記念撮影

#### ■導入の経緯

世界中の様々な現場で導入が広がっている映像プログラムを教育現場に導入をすることにより、学生の英語脳を高めることに加え、身体を動かすことによる筋力、心肺機能、敏捷性等を含めた体力レベルの向上や中長期的な観点によるフィットネスの習慣化の構築、そして学校や教職員にとっては業務負担の軽減に繋がることを目的としています。

#### ■今後の展開

今後は他のプログラムも教育現場で活用できるよう、今回の事例をもとに改良を重ねて展開をしていく予定です。

#### ■会社概要

商号：株式会社ブラボグループ

代表者：代表取締役 CEO 稲辺裕樹

本社所在地：東京都千代田区飯田橋2丁目1番10号 TUGビル3F

事業内容：フィットネス関連コンテンツの販売・教育コンテンツの販売エクササイズ  
ツールの販売・コンサルティング・音楽ライセンス

#### ■本件に関するお問い合わせ先

株式会社ブラボグループ

ソリューション事業部

担当：村松（むらまつ）

TEL：03-3511-1453

E-Mail：[kmuramatsu@bravogroup.com](mailto:kmuramatsu@bravogroup.com)

URL：<https://www.bravogroup.co.jp/>