

BREATHER×湘南ベルマーレフットサルクラブ
呼吸トレーニングで、選手もファンも呼吸最適化！？
11月2日（土）「ston スペシャルデー」を開催
～ 呼吸最適化プログラムの進捗報告とファンとの取り組みについて ～

深い呼吸の習慣化サポートデバイス「ston s（ストンエス）」を開発するBREATHER株式会社（本社：東京都港区、代表者：代表取締役 御神村友樹、以下、BREATHER）は、2024～2025シーズンより、湘南ベルマーレフットサルクラブのコンディショニングパートナー（オフィシャルプレミアムパートナー）に就任しており、選手への呼吸最適化プログラム（呼吸トレーニング、深い呼吸の習慣化）の実装や冠試合の実施など、日々様々な取り組みを実施しています。

プログラムの実装によって、チーム内の「呼吸」が最適化に向かっていることから、この度、湘南ベルマーレフットサルクラブにて、冠試合「stonスペシャルデー」を11月2日（土）に開催いたしました。





イベント内では、一般向けフットサル大会「stonカップ」も実施し、合わせて湘南ベルマーレフットサルクラブの選手も日々行っている呼吸トレーニングを参加者の方々にも体験いただきました。6割以上の方が実施前後で身体の変化を感じており、「呼吸を深くできるようになった」「呼吸数が減った」「可動域が広がった」等、短い時間でも変化を感じる方が多い結果となりました。また、「今後も呼吸トレーニングを実施したいか」の問いに対しては、「緊張しやすいので」「身体と気持ちのバランスが整いそうだから」等の理由からアンケート回答者の全員が今後も実施したいと回答いただきました。



そのほか、ston特設ブースの出展や呼吸スコア測定無料体験会、スポーツチームで初となるアリーナ内観戦席での「ston s (ストーンエス)」の使用、コート内で「ston s (ストーンエス)」を使用した直後にPK対決を行うハーフタイムイベントなど、様々なイベントを実施しました。

<実施概要>

タイトル : 「stonスペシャルデー」
 主催 : BREATHER株式会社（ブリーザー株式会社）

- 会場 : 小田原アリーナ
(〒250-0866 神奈川県小田原市中曽根2 6 3 小田原市総合文化体育館)
- 日時 : 2024年11月2日 (土)
- 実施内容 : ・2回目となる冠試合「stonスペシャルデー」の開催
・スポーツチームで初のアリーナ内観戦席での「ston s」の使用
・ハーフタイムにコート内で「ston s」を使用したイベントを開催
(キックイン・PK対決)
・stonカップ、ston特設ブース出展、呼吸スコア測定無料体験会の開催

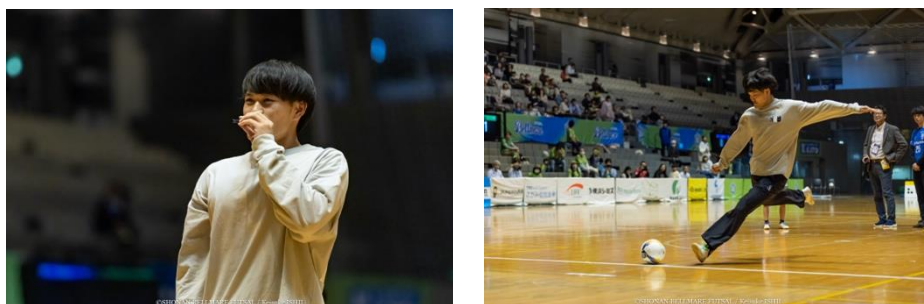
< イベントの様子 >

・一般向けフットサル大会「stonカップ」／呼吸トレーニング



・ハーフタイムイベント (キックイン・PK対決)

※小田原アリーナコート内にてston s (ストーンエス) 使用



・ston特設ブース出展／呼吸スコア測定無料体験会



・スポーツチーム初となる、観戦席での「ston s」の使用



<呼吸最適化プログラム実装結果（中間報告）>

コンディショニングパートナーとして、2024-25シーズンから実施している呼吸最適化プログラム（呼吸トレーニング、深い呼吸の習慣化）の中間効果測定を実施。湘南ベルマーレフットサルクラブ選手の「呼吸数」「呼吸動作」等の数値は改善の傾向にあり、8割以上の選手も「呼吸トレーニングと深い呼吸の習慣化の取り組みに成果を感じつつある」と回答。引き続き、選手のパフォーマンス向上に向けて、呼吸最適化プログラムは継続して実施していきます。

※呼吸最適化プログラムに関する以下インタビュー記事も公開中

呼吸最適化の魅力は「そういえば〇〇が良くなった！」湘南ベルマーレフットサルクラブと取り組む「呼吸最適化」プログラムの効果を紹介

<https://www.breather.co.jp/columns/sports-1/>

呼吸の重要性の理解 → プレウォーミングアップ導入・実践 → 意識的な深呼吸の習慣化 → 定期的な呼吸のスコア化の4つの取り組みによって、湘南ベルマーレフットサルクラブの呼吸を再構築を目指す=呼吸最適化プログラム。

<p>① 呼吸の重要性の理解 呼吸の基本的価値 アスリート目線での価値（動作としての呼吸）</p>	<p>プレウォーミングアップ導入② プレウォーミングアップメニューの開発 呼吸の専門家からの直接指導</p>
<p>アスレティックトレーナー兼呼吸の専門家 大貫崇氏監修 下手な呼吸による、筋肉の無駄使いをやめて、自分本来のパフォーマンスを引き出す “呼吸最適化”プログラム ～ 吐くことを意識した呼吸による、肋骨・腹圧マネジメント～</p>	
<p>日常・練習前などでの 深い呼吸の習慣化サポートデバイス ③ 意識的な深呼吸の習慣化</p>	<p>呼吸の専門家監修のもと、 定期的な評価指標（呼吸スコア等）の計測・観測 定期的な呼吸のスコア化④</p>

呼吸最適化プログラム【中間報告】

プレウォーミングアップとしてに、呼吸トレーニングと、深い呼吸の習慣化によって、チームの「呼吸」が最適化に向かっていく。その結果、**チームの「コンディション」も最適化されつつある。**



■BREATHERと湘南ベルマーレフットサルクラブによる「コンディショニングパートナー」としての取り組みについて

BREATHERと湘南ベルマーレフットサルクラブは「Chance&Empowerment パートナー」として、以下をテーマとして二社で連携し、心豊かな社会の実現、社会課題の解決、地域社会の振興に寄与することを目的としております。

- ① 呼吸をテーマとしたセルフモードコントロールに関すること
- ② アスリートのパフォーマンスと呼吸の相乗効果に関すること
- ③ ウェルビーイング分野に関して行政と協業すること

上記①②が「コンディショニングパートナー」に該当する部分であり、アスレティックトレーナー兼呼吸の専門家大貫崇氏考案のプレウォーミングアップメニューを軸とした“呼吸最適化”プログラムに取り組んでいます。

■株式会社湘南ベルマーレフットサルクラブ 概要

湘南ベルマーレフットサルクラブとは、小田原を拠点にFリーグディビジョン1に所属するフットサルクラブです。地域社会課題解決に力を入れ、まちのチカラになれるクラブを目指しています。スポーツ領域を飛び越え、2026年までに160の社会課題プロジェクトに取り組むという新しい挑戦をしています。

HP : <https://www.bellmare-futsal.com/>

■BREATHER株式会社 概要

会社名 : BREATHER株式会社 (ブリーザー株式会社)

所在地 : 東京都港区新橋4-31-3

設立年 : 2019年

資本金 : 1億円

代表者 : 代表取締役 御神村友樹

事業内容 : 深い呼吸の習慣化を目的としたデバイス「ston」ファミリーの企画、開発等

WEBサイト : <https://www.breather.co.jp/>

■深い呼吸の習慣化サポートデバイス「ston」ファミリーの代表的なブランド「ston s (ストーンエス)」

BREATHERはひと休みをアップデートさせるべく、「働き方改革」改め、「休み方改革」を社是とし、『自分の「とき」を生きる、すべての人をサポートする』ことを企業フィロソフィーとして掲げております。お客様一人ひとりの心豊かなライフスタイルを実現するため、深い呼吸の習慣化を目的としたデバイスの開発、販売を実施してまいりました。本製品の提供価値は、お客様が日々、無意識に行う呼吸を、意識下に置いた「良質な呼吸体験」に変化させることで、リラクゼーション機会を提供していくことです。当社は、「ston (ストーン)」や「ZORN (ゾーン)」の開発をしてまいりましたが、「ston s (ストーンエス)」はもっと気軽にお楽しみいただける製品として開発しました。2022年2月7日(月)から発売、多くのユーザーに支持され、現在LINE友だち18.2万人に到達しています。

※2024年7月31日時点

s t o n s

Mint

×

カフェイン配合

s t o n s

Energy drink

×

カフェイン配合

s t o n s

Blueberry

×

カフェイン配合

s t o n s

Coconut

×

GABA配合

