

株式会社ベイクルーズ
2020年12月吉日

LA発のバーエクササイズ、CARDIO BARRE と
サラダ&デリカテッセン「CITYSHOP」とコラボレーションメニュー
「ビューティ PFC サラダ」
「プロテインスムージー ウインターレッドベリー」
連日大好評のため、販売期間延長のお知らせ

株式会社ベイクルーズ（東京都渋谷区、代表取締役：杉村茂）が運営する、L.A.を中心にハリウッドセレブに人気を誇るバーエクササイズ

「CARDIO BARRE(カーディオ・バー)」は、同社グループの株式会社フレーバーワークスが運営するサラダ&デリカテッセン「CITYSHOP」(シティショップ)とのコラボレーションによる、CARDIO BARRE のインストラクター、TAKANA と YUN が監修したスペシャルメニュー「ビューティ PFC サラダ」「プロテインスムージー ウインターレッドベリー」の提供期間を延長することを決定しました。

11月末にCARDIO BARRE のオリジナルワークアウトを行うイベント後から期間限定で提供されていたスペシャルメニューですが、一般のお客様から「ヘルシーなのにバランスが良く、毎日食べたい」と好評を博しており、この度、メニュー提供の期間延長が決定しました。CARDIO BARRE のエッセンスがたっぷり詰まったスペシャルメニューで、美しい身体作りを目指しませんか？



CITYSHOP x CARDIO BARRE

カーディオバー
人気のバーエクササイズ CARDIO BARRE と CITYSHOP がコラボ。
美と健康を追求したメニューをご用意しました。
1皿 + 1杯で身体の中から美しく！

期間限定
CITYSHOPの栄養士と
カーディオバー
インストラクター
監修

BEAUTY PFC SALAD
ビューティ PFC サラダ
チキンのヘルブソース、アボカド、ポイルド
エッグ、ビーンズ、キヌア、豆腐、グリルド
ホホ、スプラウトをのせた、PFCバランスに
優れたバーエクササイズ
タンパク質は100g以上、炭水化物は10g以下、
100% 糖質です。*店内で特製の砂糖不使用の
蜂蜜

¥1,200 + TAX

PROTEIN SMOOTHIE WINTER RED BERRY
プロテインスムージー
ウインターレッドベリー
フレッシュバナナ、アサイー、ストロベリー、
ラズベリー、ヨーグルトなどにホエイ
プロテインを加えて作ったパワースムージー

¥700 + TAX
*タンパク質
WITHOUT PROTEIN ¥600 + TAX

WHAT'S PFC!? 三大栄養素の「Protein=たんぱく質」「Fat=脂質」「Carbon=炭水化物」が占める比率のことです。

Richard Girola's
CARDIOBARRE
Los Angeles, CA

About CARDIO BARRE
L.A.発！ボディメイクとダイエット(減量)が両方叶う、バレエ未経験でも
楽しめる新感覚のバーエクササイズ！
#バレエ #ウォーミングアップ #筋力トレーニング #有酸素運動 #ストレッチ

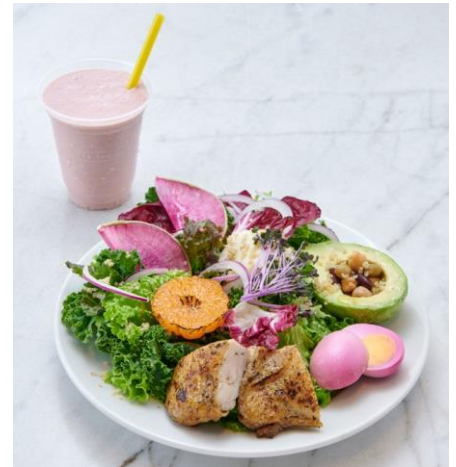
「CARDIO BARRE」 × 「CITYSHOP」 コラボレーションメニュー詳細

■ビューティ PFC サラダ ¥1,200 (税別)

モアーク農園のカーリーケール、トレビス、グリーンカールなどをブレンドしたサラダに、南フランス・プロヴァンス地方のハーブミックスでマリネしたチキンのロースト、ビーツでピンク色に色付けたボイルドエッグ、フレッシュアボカド、ビーンズミックス、キヌア、絹豆腐、グリルしたみかん、レッドキャベツ、スプラウトをのせた PFC バランスに優れたパワーサラダ。

※PFCとは

摂取カロリーのうち三大栄養素の「P=たんぱく質」「F=脂質(脂肪)」「C=炭水化物」がどれくらいの割合を占めるかを示した比率のこと。この PFC バランスを整えることによって極端な栄養の偏りを防ぎ、栄養バランスを整えながら健康的にダイエットすることができます。



■プロテインスムージー ウィンターレッドベリー ¥700 (税別)

フレッシュバナナ、アサイー、ストロベリー、ラズベリー、ヨーグルトなどにホエイプロテイン(10g)を加えて作ったパワースムージーです。

ローズマリーがアクセントに入っています。

※プロテイン抜きの場合は¥600 (税別)



「CARDIO BARRE」 × 「CITYSHOP」 インタラクティブキャンペーン概要

① CARDIO BARRE 会員はお得！

会員証の提示で CITY SHOP 渋谷キャスト店の商品が 10%OFF でご利用できます。

② CITY SHOP ユーザーもお得！

CARDIO BARRE 渋谷店、新宿店の体験レッスン無料、LIVE STREAM 20 分のお試し動画無料配信

※動画配信の QR コードは店頭で読み込み可能です

CARDIO BARRE (カーディオ・バー) とは

「美しくしなやかな、女性らしい体になれる」と L.A.を中心にハリウッドセレブや美意識の高い女性達に支持されるバーエクササイズです。

バレエの動きを取り入れた体幹トレーニング、脂肪燃焼効果が期待できるダンス感覚の有酸素エクササイズ、全身の気になる部位にアプローチする筋肉トレーニング等によって構成される 60 分間のプログラムを、アップテンポな音楽に乗せて行います。難しい振り付けがないため、バレエ未経験者でも簡単にチャレンジでき、またジャンプなど特定の部位に大きな負荷がかかる動きもないため、安全に楽しめるエクササイズとなってい



アシュリー・シンプソン、ダコタ・ファニング、エル・ファニング、サマラ・グローなど有名ハリウッドセレブたちが会員に名を連ねる。

ます。ダイエット（減量）しつつ、美しいボディラインも手に入れられるカーディオ・バーは、脂肪の落ちにくい下腹部やお尻などの体幹、特に二の腕、内ももを中心とした下半身に効果を発揮します。

■「CITYSHOP」とは

「いろんな野菜を、もっと美味しく、もっとデイリーに食べる」をテーマに、野菜と肉・魚・スーパーフード・グレイNZ・スパイスなどを掛け合わせた「グルメサラダ&デリ」を提供するサラダ&デリカテッセン。2015年南青山に誕生し、翌2016年にはヌードル ショップ「CITYSHOP NOODLE」を青山に、2018年にはピザショップ「CITYSHOP PIZZA」、2020年8月には東京駅エキナカにキオスク併設型の「CITYSHOP」をオープン。

HP : <http://cityshop.tokyo/> Instagram :@cityshop.tokyo



■会社概要

【ベイクルーズグループ】

設立 : 1977年7月22日（株式会社ベイクルーズ）
代表 : 代表取締役会長窪田祐 / 代表取締役 CEO 杉村茂
本社所在地 : 東京都渋谷区渋谷一丁目23番21 渋谷キャスト 3~10F
事業内容 : レディース・メンズのトータルファッションの企画・製造・販売、直営店の運営、飲食店、インターネット通販サイト、フィットネジムの運営、及び家具の販売
HP : <http://www.baycrews.co.jp/>