

## 理想のライフスタイル作りに向けたチャレンジをサポートする「応援団アプリ」を開発

～パーソナライズされたバーチャル応援団と一緒に成長しながら、日本を、前向きなエネルギーと感謝に満ち溢れた国に～

当社は、「April Dream 4月1日は、夢の日。」に参加しています。このプレスリリースは「株式会社Workout Community」のApril Dreamです。

株式会社Workout Community（東京都渋谷区、代表取締役社長：平澤美香）は、理想のライフスタイル作りをサポートする「応援団アプリ」を開発しました。同社はこれまで、米国ロサンゼルス発祥の最新フィットネス「ラグリーフィットネス」と、感謝の日記「The FIVE-MINUTE JOURNAL」の提供を通じて、在宅ワークの時間を有効活用しながら健康な心と体をつくる人々を増やしてきました。今後は、一人ひとりにパーソナライズされた「バーチャル応援団」が、時に厳しく、時に優しく励ましなが、一緒に成長していくことで、日本を、前向きなエネルギーと感謝に満ち溢れた国にしていきます。



応援団アプリは、今の自分の素の状態を入力するところから始まります。

- 「今日、寝坊しちゃった」
- 「今日、甘いものをついつい食べすぎちゃった」
- 「今日、面倒くさくて走るのをやめちゃった」
- 「今日、子供のことを怒鳴っちゃった」

誰しもが経験したことのあるそんな日常生活を入力すると、あなたにぴったりのバーチャル応援団が現れ、優しくあなたに問いかけていきます。

- 「本当は、何時に起きたいの？」
- 「本当は、どんな食べ物を食べたいの？」
- 「本当は、どんな運動ができるようになりたいの？」
- 「本当は、子供とどんな関係を築きたいの？」

問いかけに対して回答していくと、理想のライフスタイル作りに向けたアドバイスが、毎日ひとつだけ、出てきます。あなたがやるのは、そのアドバイスに従って、生活習慣を少しずつ変えていくだけ。3ヶ月後には、前向きなエネルギーと

感謝に満ち溢れたライフスタイルを手に入れることができます。

ただし、バーチャル応援団は、あなたの代わりに行動することはできません。あくまでも、主役はあなたです。

今はまだ実現できないことであっても、日々積み重ねていけば、いつか必ず、できるようになる。

そんな想いをもって、株式会社Workout Communityでは、昨年4月に、早朝5:30、6:30からレッスンを行うオンラインフィットネススタジオ「LAGREE/PILATES @ home」を立ち上げました。「朝、なかなか起きられない」「自宅トレーニングは続けられない」との声もたびたびお聞きする中、1周年となる今月は、自分自身にチャレンジするあなたを全力で応援する「Challenge myself」月間を実施しています。



Challenge myself特設ページ

また、今年の3月には、東京・渋谷区にて、日本初上陸のマシン・マイクロフォーマーを活用したリアルスタジオ「LAGREE MICRO STUDIO」を開始。



LAGREE MICRO STUDIOの様子

バーチャル応援団ならぬ、最強のインストラクター集団が、オンラインで、リアルで、みなさまの理想のライフスタイル作りをサポートしています。是非、レッスンも受けに来てくださいね！

「April Dream」は、4月1日に単に笑えるネタではなく、実際に企業が叶えようとする夢を発信いただくPR TIMESによるプロジェクトです。

## 【会社概要】

- 会社名： 株式会社Workout Community
  - 本社所在地： 〒151-0051 東京都渋谷区千駄ヶ谷3-13-22 第25宮庭マンション410
  - 代表者： 平澤美香
  - 設立： 2020年6月
  - 事業内容
    - ・ オンラインフィットネススタジオ「LAGREE/PILATES@home」の運営
    - ・ マイクロフォーマースタジオ「LAGREE MICRO STUDIO」の運営
    - ・ オンラインストア「WORKOUT COMMUNITYセレクトショップ」の運営
    - ・ 法人向けレッスン、ワークショップの提供
    - ・ 心身の健康に関する情報・商品・サービスの提供
    - ・ その他、上記に付帯関連する一切の事業
- 

株式会社Workout Communityのプレスリリース一覧

[https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company\\_id/61381](https://prtimes.jp/main/html/searchrlp/company_id/61381)