

株式会社ベイクルーズ

2020年7月吉日

ニューノーマル時代、オンラインとオフラインでフィットネスを楽しもう

カーディオ バ ー

**LA 発のバーエクササイズ、CARDIO BARRE が  
混雑を避けたい方、お仕事前や忙しい方のために、  
早朝レッスンを7月13日(月)よりスタート！**

さらに、オンデマンド配信スタートにより、アーカイブからオンデマンドコンテンツが視聴可能に。  
いつでもどこでもカーディオバーを楽しめる



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7月13日(月)より「早朝レッスン」をスタートします。

今回の早朝レッスンは、45分という通常レッスンよりもコンパクトにまとまっているながらも、約480kcalを消費するというレッスンです。お客様から「朝の出勤前に参加できるクラスが欲しい」「混雑にならない時間帯でレッスンを受けたい」という要望を解決するレッスンです。

#### **【コロナウイルスによるニューノーマル時代、CARDIO BARRE はオンラインとオフラインの両方に対応】**

2017年に日本初上陸後、自由が丘、渋谷、新宿にスタジオ展開し、キャンセル待ちが出るほどご愛顧いただいていたCARDIO BARRE。新型コロナウイルスによるスタジオ営業休止を経て、6月から通常営業再開しました。それに伴い、オンラインレッスン「CARDIO BARRE LIVE STREAM（以下、ライブストリーム）」をスタートし、わずか10日間で新たに500名もの新規会員を獲得しました。新たに始まったニューノーマル時代、コロナウイルスによる事態の終息はまだ見えないながらも、カーディオバーは、新しい生活様式に沿ってお客様が参加しやすいよう、オフライン（STUDIO）とオンライン（LIVE STREAM）の両方に対応することで、今までと変わらないサービスとクオリティをお届けします。

#### **◆CARDIO BARRE「早朝レッスン」概要**

開始日 :2020年7月13日(月)

時間 :7:15-8:00 / 8:15-9:00

「45分の短時間でも約480kcal消費」

その他詳細は HP を参照

<http://cardio-barre.jp/index.html>

公式 Instagram : @cardio\_barre.jp

### **◆LIVE STREAM レッソンのメリット**

- ・スタジオで強度が高いレッスン参加は敷居高く感じるが、オンラインだと参加しやすい
- ・CARDIO BARRE に行きたがっていた、地方の友人に紹介できる
- ・さらに、地方の友人と一緒にレッスンを受けられる
- ・自分のペースで休憩を取りながらできる
- ・外出が不安な状況が続くので、家でレッスン参加できるのは嬉しい
- ・一人で行うことで集中できる
- ・LIVE STREAM のカメラワークが良く、スタジオだと確認し辛い動きも、  
いろいろな角度から見られるのでわかりやすい。
- ・職場のランチ中、見るだけ CARDIO BARRE ができて楽しい

等の声を頂戴しており、新しいレッスンスタイルが多くの方々に受け入れられています。

### **【オンデマンド配信によって、もっと CARDIO BARRE を楽しめる】**

CARDIO BARRE をさらに楽しんでいただくため、7月1日（水）より、オンデマンド配信をスタートしております。これまで LIVE 配信のみだったレッスン映像を、アーカイブからオンデマンド視聴が可能になることで、

「好きなインストラクターのレッスンだけ見ることができる」

「通勤中や寝る前など、いつでもどこでも見ることができる」

「お尻やくびれなど、気になるパーツだけのトレーニングを見ることができる」

といった、自分のライフスタイルや気分によって、CARDIO BARRE を楽しめるようになります。

CARDIO BARRE は、他にはないオンラインレクショナルプログラムを開発、お客様の声を反映し提供続けることで、新しいフィットネススタイルの確立という挑戦を続けます。

## ◆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

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、サマー・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。

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ます。ダイエット

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。

## ■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、フィットネスジムの運営、及

び家具の販売

HP : <http://www.baycrews.co.jp/>