



日本初のピラティスの専門誌創刊_媒体資料

【PILATES.】 (仮)

美しい身体、
自由自在な動き、
しなやかな人生。

2026年5月

株式会社Lotus8

The yogis magazine

別冊「Pilates.」編集部



【Mission】 Pilates is not a trend.

ピラティスを一つの流行で終わらせず
10年後、日本の人々のライフスタイルとして
なくてはならないものへ。
私たちは、ピラティスを再定義し、
知識、情報を伝え、
企業とインストラクターと生徒のハブとなる
メディアを作ります。

【Target】

ピラティス愛好家

ピラティスをすでにライフスタイルに取り入れている人たち。スタジオやパーソナルに通い、ピラティスの良さを楽しんでいる人たちに、自宅に持って帰ってもなお、ピラティスのモチベーションを上げることのできる媒体となります。

ピラティスインストラクター

ピラティスインストラクターとしてすでに活躍している人たち、そして今まさに養成講座で学んでいる人たち、さらにはインストラクター予備軍。ピラティスのことを深めたい、学びたいという人たちに深い知識と多角的な切り口からの内容を紹介します。

スタジオ経営者

規模問わず、全国でピラティスのスタジオやサロンを行っているオーナー＆インストラクター。





日本のピラティス市場

フィットネスとしての数値は出るものの
なかなかピラティスという分野のみでの
市場は数値を捉えにくいというのが本音です。
業界的な視点と、市場の空気感、そしてメディア人としての
肌感覚含みでAiとともに市場を計測してみました。

日本のピラティス市場、ざっくり俯瞰。

公的統計と主要チェーン公表情報をもとに、人口→スタジオ→インストラクター→市場状態の順で全体像を整理。

● 確定値（公表統計） ● 公開値ベース（主要チェーン） ● 概算（推計）

PEOPLE 概算

ピラティス人口

70万人台～
数百万人規模

近接カテゴリ年間実施率 6.3%／女性 11.0%から推計

STUDIOS 概算

全国スタジオ総数

1,500～2,000店

主要チェーン 約700店＋個人・小規模スタジオで構成

INSTRUCTORS 概算

インストラクター数

数千人後半
～1万人台前半

需給ギャップ拡大、人材不足が成長制約に

MARKET STATUS

市場状態

拡大中

▲ マシン主導

▲ 女性中心

▲ 人材不足

市場構造の流れ

STEP 1

需要の母集団

女性中心に拡大／実施率 6.3%



STEP 2

スタジオ供給

主要チェーンが急拡大



STEP 3

指導人材

養成スクール拡大／なお不足



STEP 4

市場成長

マシンピラティスが牽引

REFERENCE

概算で使う
主要数字

近接実施率

6.3%

女性 11.0%

全国フィットネス施設

13,876件

うち ヨガ型 1,877

フィットネス市場

約7,100億円

隣接市場規模

主要チェーン合計

約700店

上位4ブランド計

全国スタジオ

1,500～2,000店

概算

※ 公表データ・主要チェーン情報・市場構造をもとにした概算を含む。「ピラティス人口」「インストラクター数」は全国の公式確定値ではなく、近接カテゴリの実施率や主要チェーン規模から推計した参考値。

牽引役は、マシンピラティス。

主要チェーンの店舗拡大が市場を押し上げ、上位4ブランドだけで **約700店**。需要に対し供給と人材が追いついていない。

主要チェーン店舗数

公開値ベース

上位4ブランド合計で全国スタジオ総数の約 1/3 を占める

Rintosull リントスル

250店

zen place ゼンプレイス

150店規模

pilates K ピラティスK

100店超級

CLUB PILATES クラブピラティス

70~80店規模

主要4ブランド 合計

約700店

市場拡大を支える3つの構造

直感的に押さえるべきポイント



DRIVER 01

マシンピラティスの普及

リフォーマー中心の少人数レッスンが新規層を獲得。チェーン展開と相性が良い。



DRIVER 02

主要チェーンの店舗拡大

上位4ブランド計 約700店。Rintosull 250店が市場形成をリード。



DRIVER 03 / CONSTRAINT

スタジオ・人材の供給不足

需要拡大に対し、インストラクター養成・スタジオ開設が追いつかない状態。

TAKEAWAY

ひと言で
言うと

マシンピラティス×チェーン展開が市場を牽引、
需要>供給の構造が続き、店舗・人材ともに参入余地が残る。

※ 店舗数は各社公表情報（公式サイト・IR等）に基づく公開値ベース。出店ペースにより変動するため目安として表示。市場構造・成長要因は主要チェーン情報および公的フィットネス統計をもとにした概算を含む。

今後の日本の ピラティス市場

2023年頃からマットピラティスおよび
マシンピラティスの養成講座は
首都圏から人気が出て、

現在は都心および地方でも

養成講座人気は伸びてきている。

また、フィットネスジムや大手チェーン
店のピラティススタジオやクラスが
拡大される中、フリーランスの

インストラクター等も

パーソナルスタジオやサロンの
ピラティスのリフォーマーを設置した
小規模スタジオをオープンさせている。

今後、全国各地でピラティスの大規模、
中規模、小規模スタジオが
オープンしていく動きは

数年は止まらないという予測ができます。



日本初のピラティスの専門誌

【PILATES.】とは？

全世界で流行し、大人気となったピラティス。

日本でもコロナ中に人気上昇。

現在も多くの人注目している。

そもそもピラティスとは何か？

またピラティスが目指すものは、

そしてその向こう側には何があるのか。

ピラティスを深掘りしていくことで見えてくる、

哲学や知識の奥底。

またトレンドとしてのピラティスの側面、

グッズやウェア、今何が話題かなどを誌面にて紹介。

ピラティスファンから、インストラクター、

ピラティス業界関係者まで必須の一冊となる完全保存版。

本誌の出現により、さらに日本のピラティスの

人気が確実なものとして構築されていく起点となります。



【Contents】

第一章 ピラティスとは何か？

ピラティス創始者について
創始者ピラティス氏の愛弟子たち
(読み物取材)

第二章 ピラティスの今と未来

海外ピラティス事情①America
海外ピラティス事情①KOREA
現在の日本の事情

第三章 ピラティスライフスタイル

日本を代表する数名の
インストラクターを紹介

A woman in a grey Pilates outfit is lying on her back on a reformer machine. Her legs are extended straight up towards the ceiling, and her arms are also extended upwards, holding onto the straps of the machine. The background is a bright, out-of-focus window with a grid pattern. The overall tone is soft and focused.

【Contents】

第四章

ピラティス哲学

身体とは何か？

美しい体とは？

自由自在にコントロール

できるからだとは？

アライメントの正しさとは
何か？

整えるということ。

ピラティスがもたらす

身体と心理的効果

回復と再生について。

若さとは何か、

老いとは何か？

しなやかな人生とは？



【Contents】

第五章

リフォーマー徹底ガイド

リフォーマー選びのポイント

定番＆最新のリフォーマー
購入ガイド

リフォーマーカタログ
2026-2027

第六章

インストラクタービジネス学

フリーランスとは？

マーケティングとは？

ブランディングとは？

PRとは？

サロン経営学

インストラクターにアンケート



【Contents】

第八章

ピラティスファッション

スムーズに動くため、
モチベーション高くいられるため
ピラティスの時間を最高の時間に
してくれるピラティスのための
最新ウェア&スタイリングを紹介。

第九章

養成スクールガイド

インストラクターになるためには？
ピラティスの養成講座とは？
スクール紹介ページ

[PILATES.]

広告価格表

(価格は税抜き。グロス、ネットなどご確認ください)

【純広告（定価）】

表4	1,200,000円
表2見開き	1,500,000円
表2次見開き	1,200,000円
表3	800,000円
目次対向	800,000円
1 p	600,000円
2 p	1,200,000円

* 表4 サイズ：
245×215mm

【記事広告（タイアップ定価）】

2 p	1,700,000円
4 p	3,400,000円
* PDF提供費	100,000円

【特別企画タイアップ定価）】

*** お問い合わせください。**

* 撮影費、編集費、デザイン費、掲載費込み

* モデル、ヘアメイク、スタイリストの使用、指定カメラマンなどを使った場合、遠隔地での撮影の場合、別途制作費に関して相談させていただきます

* 写真の二次使用などは別途相談

* 抜き刷り制作も承ります
表紙制作、追加ページ、印刷費別途

[PILATES.] 体裁

[PILATES.] 販売

サイズ：天地294×左右225mm

ページ：112 p

価格：1,800円＋税（1,980円）

発売予定日：2026年10月16日

発行部数：25,000部

定期購読：Fujisan

オンライン書店：Amazon、楽天ブックス

書店：全国書店

電子書店：マガポートなど

ABOUT US

会社概要

2005年、東京・中央区東日本橋にて創業。
 ヨガスタジオの運営と、出版・デジタル両軸のメディア制作、
 コンテンツ企画プロデュースを通じて、ウェルネス領域における
 文化形成を担ってきました。リアルな現場と編集の知見を、
 丁寧なもののづくりとして提供しています。

商号 株式会社 Lotus8（ロータスエイト）

創業 2005年5月

代表取締役 橋村 伸也

所在地 東京都中央区東日本橋 3-3-17 Re-Know 1F

電話番号 03-5614-6820

事業 編集制作 / 出版メディア / デジタルメディア /
 コンテンツ企画プロデュース / ヨガスタジオ運営

主な制作 『Yogini』 『The yogis magazine』 『RETRIEVER』 ほか

CONTACT

広告等のお問い合わせ先

別冊【PILATES.】企画営業部

担当：橋村、岡本

E-MAIL

pilates.partnership@lotus8.co.jp

TEL

090-6154-0123

Bring your brand to a more mindful audience.

LOTUS8