
ソニーネットワークコミュニケーションズ、「ソネット パーソナルトレーニング」を、 企業や自治体向けの健康支援ツールとして展開

ソニーネットワークコミュニケーションズ株式会社は新たな取り組みとして、専属トレーナーによるオンラインパーソナルトレーニングサービス「ソネット パーソナルトレーニング(略称:ソネットレ)(*1)」を、企業や自治体向けの健康支援のツールとして展開します。

また、「ソネットレ」の仕組みを活用し、様々なスポーツのオンラインコーチングサービスに応用していきます。

これに併せて、日本最大のスポーツ・健康産業総合展示会である「SPORTEC 2016」に出展します。



■企業や自治体向けの健康支援ツールとしての活用

BodyQuest(*2)メソッドをベースとしている「ソネットレ」は、リバウンドしやすいと言われている「食事制限」ではなく、自宅で出来る楽しい運動で「太りにくいカラダ作り」を目指せるため、無理なく続けられ効果が出やすいのが特徴です。専属トレーナーが付いて二人三脚で応援サポートをするため、「ソネットレ」を運動支援のツールとして利用することで、従業員の健康維持や健康増進にもつながります。また、すでに企業や自治体で実施している運動促進施策との連携も可能です。

■「ソネットレ」の仕組みを活用したオンラインコーチング

「ソネットレ」ではジムに通わなくても自宅でトレーニングができるよう、一人ひとりに合わせて作成したメニューを解説付きのトレーニング動画と専属トレーナーのアドバイスでサポートしています。この仕組みを活用し、テニスやゴルフなど、様々なスポーツのオンラインコーチングへの応用を提案していきます。また、要望に合わせてサービスメニューや料金、システムをカスタマイズすることができます。

<「SPORTEC 2016」出展の概要>

- ・開催期間 : 2016年8月2日(火)～2016年8月4日(木)
10:00～18:00(最終日は16:00まで)
- ・開催場所 : 東京ビッグサイト 東4・5・6ホール(小間番号:5H-1421)
- ・公式サイト : <http://www.sports-st.com/>
- ・セミナー情報 : 8月4日(水)13:00～13:30 J-14
専属トレーナーによるオンラインパーソナルトレーニング「ソネトレ」
～体型改善、競技力アップ、各種トレーニングへの活用事例のご紹介～

<「ソネトレ」に関するお問い合わせ>

sonetore-info@so-net.ne.jp

ソニーネットワークコミュニケーションズ株式会社は、今後もお客さまの生活をより便利で快適にするサービスを拡充してまいります。

※記載されている会社名および商品名、サービス名は各社の商標または登録商標です。

以上

(*1)「ソネット パーソナルトレーニング」について

<http://www.so-net.ne.jp/training/sonetore/>

(*2)BodyQuest メソッド:

オンラインフィットネスの国内実績 NO.1(富士キメラ総研調べ 2013年度オンラインフィットネス利用者数)であるBodyQuest 代表森俊憲氏が、長年の経験に基づいて開発したメソッド。「理想のボディをデザインする」というコンセプトの下、忙しい方でも無理なく継続でき、限られた時間で効率よく最短ルートで目標達成に導くトレーニング方法です。