

\*\*\*\*\*

ソニーネットワークコミュニケーションズ、  
日々の体づくりや健康管理に役立つ情報を紹介するコンテンツメディア「トレチエ」を公開  
<http://www.so-net.ne.jp/training/column/>

\*\*\*\*\*

ソニーネットワークコミュニケーションズ株式会社は、本日4月25日より、日々の体づくりや健康管理に役立つ情報を紹介するコンテンツメディア「トレチエ」を公開します。「トレチエ」は健康的なカラダを手に入れたいと願うすべての人を応援するメディアです。トレーニング、ダイエット、健康、美容に関する基礎知識や健康管理に役立つ情報をお届けします。



---

## 「トレチエ」の概要

---

■メディア名称:「トレチエ」

■公開日:2017年4月25日(火)

■記事紹介

<通勤タイムで健康的な体に！短時間でも効果的なウォーキング方法>



健康 2017.04.25 *New!*

### 通勤タイムで健康的な体に！短時間でも効果的なウォーキング方法

仕事や家事、育児に忙しく、ジムに行ったり走ったりする時間がない…。健康維持のために運動が良いのは分かっているけれど、なかなか実践するのは… [READ MORE](#)

#### <ぽっこりお腹を解消する！自宅のベッドの上で今すぐできる筋トレ方法>



トレーニング 2017.04.25 *New!*

### ぽっこりお腹を解消する！自宅のベッドの上で今すぐできる筋トレ方法

「若いころと体重は変わらないのに、なんだかお腹がぽっこりしてきた…。」ふと鏡を見たときに、そんなことを思ったことはありませんか？ 男性に… [READ MORE](#)

このように、「トレチエ」では、ハードにトレーニングする方に加え、ライトにトレーニングしたい人や、美容や健康に興味を持っている方を対象にした記事も掲載します。「トレーニング」、「ダイエット」、「健康」、「美容」にカテゴリー分けし、記事を定期的に更新していきます。

ソニーネットワークコミュニケーションズ株式会社は、今後も多様なサービスを通じて、便利で快適なインターネット環境の提供を目指してまいります。

※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