

～ホットヨガスタジオIoIve(ロイブ) NEW LESSON～

社会現象になっている“縄跳びダンス”

×独自のダイエットメソッドで、美しくびれに

# K-POPダンスダイエット

## -make you KUBIRE-

### 2020.7.21(Tue.) ～RELEASE決定!!

女性専用のフィットネスブティックスタジオを運営する株式会社LIFE CREATE（本社札幌市、代表取締役 前川彩香）は、女性専用ホットヨガスタジオ「IoIve（ロイブ）」にて、K-POPダンスを取り入れたダイエットプログラム『K-POPダンスダイエット-make you KUBIRE-』を2020年7月21日（火）より順次導入いたします。

「IoIve（ロイブ）」は、「わたしを好きになる」をテーマにした女性専用ホットヨガスタジオです。ホットヨガを通じて、自分自身のココロとカラダにゆっくりと向き合える時間をご提供しています。

新レッスン『K-POPダンスダイエット-make you KUBIRE-』は、女性らしい身体ラインを手に入れるくびれ腰ワークアウトとダンスを融合させた新ダイエットプログラムです。ノリの良いK-POPミュージックで楽しくワークアウトしながら、ダンスもマスターし、K-POPアイドルのようなくびれたボディラインを目指せます。ダンスパートでは、話題沸騰中の“縄跳びダンス”も導入しトレンド感もたっぷり。ブラックライトを使った暗闇ホット環境のスタジオで、クールでかっこいい世界観への深い没入感を味わいながら、抜群のくびれダイエット効果と爽快なワークアウトタイムをお楽しみいただけます。



## 数々の音楽チャートやSNSで話題席卷中！！ K-POPカルチャーを融合させたロイブオリジナルレッスン！！



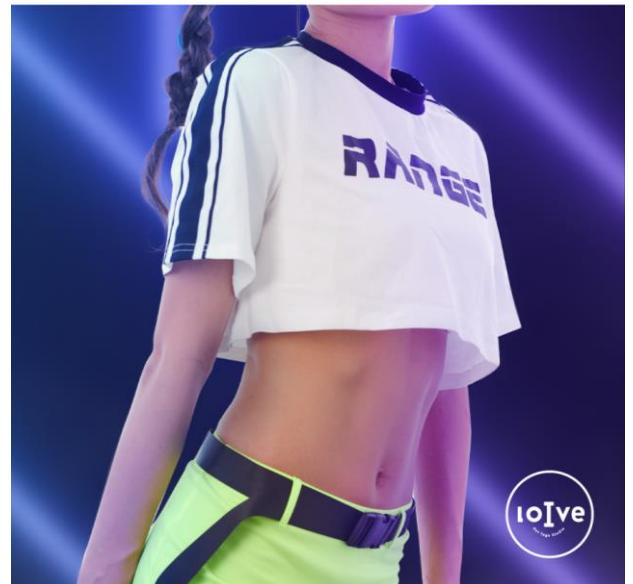
「Beat Drum Diet」や「相撲ヨガ」など数々のユニークなオリジナルプログラムを開発するホットヨガスタジオioIveがお届けする今回のニューレッスンは、『K-POPダンスダイエット』。

60分間ノリの良いK-POPミュージックで楽しくワークアウトしながら、K-POPダンスのマスターも可能です。ダンスパートでは、いま話題の「縄跳びダンス」を取り入れたパートも。ダンスをしながら全身を大きく動かすことで、代謝アップや全身の引き締めを促し、楽しくダイエットを行っていきます。

## 楽しくダンスを覚えて、憧れのK-POPアイドル体型に。 ロイブのダイエット理論を詰め込んだ“美しくびれエクササイズ”

レッスン前半では、くびれ腰をつくるワークアウトをメインに構成。脇腹の腹斜筋と、インナーマッスル（腹横筋）にアプローチする動きで、ウエストサイドをキュッと絞るだけでなく、下腹のぽっこり解消を解消することで女性らしいくびれラインをつくっていきます。

また下半身の筋肉を使う運動で代謝をあげて痩せやすい身体に。さらに指先・足先の使い方、体のラインを意識したリズムトレーニングの全身運動で女性らしさも追求していきます。



## ロイブインストラクターが出演！ダンス動画をYoutubeとTikTokで公開！

この度のプログラムローンチにあわせて、ロイブ公式TikTokアカウントを開設いたします。TikTokアカウントではプログラム内容にあわせ、ロイブインストラクターが『#NAWATOBI dance』にチャレンジする動画を公開予定です。

またロイブYoutubeチャンネルでは、ダンス振付の解説動画も公開予定です。幅広い年代の女性会員様へのレッスンで培った経験方法なロイブインストラクターならではのポイント解説で、ダンスが苦手な方でも楽しく振付を覚えられます。

<Youtubeチャンネル> <https://www.youtube.com/channel/UCKh2z2AnLeWUvJRVqVe1ttw>

<TikTokアカウント> <https://vt.tiktok.com/UC91Fv/>

## <プログラム概要> K-POPダンスダイエット-make you KUBIRE-



- 提供開始日 : 7月21日(水)～
- 導入店舗 : ホットヨガスタジオロイブ
- ジャンル : エクササイズプログラム
- レッスン時間 : 60分
- スタジオ環境 : 暗闇ホットスタジオ
- 期待効果 :  
ウエスト引き締め・くびれ腰・全身引き締め・ダイエット・ストレス発散・女性らしいボディライン

※スタジオレッスン予約は7月15日(水)より開始  
※導入有無は店舗によって異なります

### <ご参考情報>

## ホットヨガスタジオloIve ( <https://www.hotyoga-loive.com/> )

「わたしを好きになる」をテーマにした女性専用ホットヨガスタジオ。ホットヨガを通じて、自分自身のココロとカラダにゆっくりと向き合える時間をご提供しています。定番のヨガはもちろん、暗闇エクササイズ「Beat Drum Diet」や相撲の動きを取り入れた「SUMO YOGA」など、楽しくカラダを動かせるプログラムが充実。7月はダイエット応援月間として、体験レッスンを無料でご案内しています。



### <体験レッスン>

ご予約 : [https://www.hotyoga-loive.com/beginner/about/2019\\_06/](https://www.hotyoga-loive.com/beginner/about/2019_06/)

### <店舗一覧>全国62店舗

- (関東) 自由が丘店・ロイブプラス銀座店・町田店・池袋店・小山店・イオン古河店・水戸店  
・前橋店・ふじみ野店・イオンタウン上里店
- (北海道) 旭川店・札幌駅前店・苫小牧店・函館店
- (東北) 仙台店・山形店・秋田店・八戸店
- (甲信越) 長岡店・金沢ラパーク店・金沢店・小松店・松本店・上田店・長野店・川中島店  
・アルプラザ小杉店・富山店
- (東海) 長久手店・ラスパ太田川店・名古屋駅前店・各務原店・岐阜店・美濃加茂店・浜松店
- (近畿) 京都四条店・イオン近江八幡店・高槻店・天王寺店・なんば店・NU茶屋町店  
・神戸三宮店・姫路駅前店・ゆめタウン姫路店・紀伊川辺店・和歌山店
- (中国) 岡山店・倉敷駅前店・イオンタウン水島店・イオンモール広島府中店
- (四国) 丸亀店・イオンモール高松店・高松店・徳島店
- (九州) 宮崎店・イオン都城店・ゆめタウン光の森店・ゆめタウン八代  
・フレスポ鳥栖店・トキ八わさだタウン店・トキ八別府店・福岡PARCO店

<本件に関するお問い合わせ先>

株式会社LIFE CREATE 「loIve(ロイブ)」 広報 : 武田 (携帯 : 080 3292 9622)  
TEL : 03-6868-0803 Mail : takeda@be-lifecreate.com

<ご参考情報>

**株式会社LIFE CREATE企業概要** ( <https://be-lifecreate.com/> )

「人生を、愛そう。」を合言葉に、札幌で生まれた女性社員割合が99%の企業です。女性の新しい生き方を通して、世の中に愛と自信があふれ、子どもたちが夢を描く社会を実現することをビジョンに掲げ、ホットヨガスタジオ「loIve (ロイブ)」、日本初のサーフエクササイズ専門スタジオ「Surf Fit Studio (サーフフィットスタジオ)」そしてマシン専門ピラティススタジオ「pilates K (ピラティス ケー)」の3ブランドを通して全国に“ココロ動かすエクササイズ”提供しております。

(会社概要)

会社名	株式会社 LIFE CREATE (ライフクリエイト)
代表者	前川 彩香
資本金	1300万円
本社所在地	北海道札幌市中央区北4条西5丁目 アスティ45ビル2F
事業内容	ホットヨガ事業 サーフエクササイズ事業 ピラティス事業
URL	be-lifecreate.com



LOIVE 全国62店舗  
Surf Fit Studio 6店舗  
Pilates K 5店舗  
(※2020年6月末時点)

<本件に関するお問い合わせ先>

株式会社LIFE CREATE 「loIve(ロイブ)」 広報：武田 (携帯：080 3292 9622)  
TEL：03-6868-0803 Mail：takeda@be-lifecreate.com