



<報道関係者各位>

2018年3月22日  
株式会社ウェルネスフロンティア

## 日本発のスポーツクラブとして急拡大を続けるJOYFIT

ジョイフィットプラス

### 新感覚ワークアウトが楽しめる「J+」がついに関東初上陸！

～2018年4月1日(日)、JOYFIT24綾瀬で提供開始～

<http://joyfit.jp/campaign-fblp/jplus/>



JOYFIT（ジョイフィット）を始めとするスポーツクラブを国内外で250店舗以上展開する株式会社ウェルネスフロンティア（代表取締役：岡本将）は、これまでのフィットネスにはなかった興奮と楽しさを追求したJOYFITの新業態「J+（ジョイフィットプラス）」の提供を開始しました。そして「J+」として新しく、JOYFIT24綾瀬にて関東初上陸のオリジナルエクササイズプログラム「FUNC HIIT（ファンクヒート）」の提供を2018年4月1日（日）より開始します。

#### ■新業態「J+」とは

ウェルネスフロンティアは、「日本でいちばん便利なスポーツクラブ」を目指し、現在国内外で250店舗以上のJOYFITを展開しています。レッスンもマシンも楽しめるスポーツクラブ「JOYFIT」をはじめ、365日24時間営業の「JOYFIT24」、さらにホットヨガを楽しめる「JOYFIT YOGA」など、あらゆるニーズにお応えする多様な業態を利便性の高い立地で展開しています。さらに入会している店舗はもちろん、全国のJOYFITを自由にご利用いただける「どこでもJOY」サービスも導入。従来のスポーツクラブやフィットネスジムの常識にとらわれない新しいサービスが好評を得ています。

そして新たにリリースする「J+」では、フィットネス初心者でもアトラクション感覚でワークアウトを楽しむことができます。「J+」エリアに一步足を踏み入れれば、そこはまさに近未来の非日常空間。JOYFITが開発した最先端のオリジナルエクササイズプログラムに、通常ではなかなか触れることのない最新トレーニングギアをふんだんに取り入れ、かつてない没入感と興奮に満ちたワークアウト体験をお楽しみいただけます。この「J+」は、通常のJOYFITの月会費に加えて「J+」月額利用料をお支払いいただくと、月に何度でもご利用いただけます。

現在では、2018年1月に「FUNC HIIT」を提供開始したJOYFIT仙台泉を皮切りに、3月に日本初のARバイクエクササイズ「MASH CYCLE」とレスミルズ社の「THE TRIP」をスタートしたJOYFIT苫小牧柳町とJOYFIT BIOで「J+」を展開しており、今回はそれに次ぐ4店舗目の導入、かつ関東初展開となります。

#### ■日本人のカラダに合わせた、「ファンクショナルトレーニング」+「HIIT」=「FUNC HIIT」

今回、JOYFITが独自に開発をしJOYFIT24綾瀬で提供開始する「FUNC HIIT」は、60分間で正しくカラダを動かすことで、効率よく、安全に脂肪燃焼ができる、日本人のカラダに最適なプログラムです。脂肪燃焼を目的とした高負荷なエクササイズを行う前に、まず正しく動くカラダへ整える準備をしっかりと行い、自身の運動機能を最大限に高めることができるのが特徴です。こうした準備は、アスリートが筋トレを行う前などにもよく取り入れられているもので、筋肉と脳の連携を高めてくれる役割があります。日頃、使いこなせていないカラダの本来の能力を呼び覚ますため、呼吸や姿勢、可動域の改善など、運動時以外での効果にも期待ができます。

# 「J+」プログラム概要

## 【3つの最先端プログラム】

「J+」では、非日常へ誘うこだわりの空間で、最新ギアを採り入れた3つの最先端プログラムをお楽しみいただけます。

- ①新感覚のHIITエクササイズ「FUNC HIIT」
- ②大迫力のARバイクエクササイズ「MASH CYCLE」
- ③人気のVRバイクエクササイズ「THE TRIP」

新感覚のHIIT エクササイズ

## FUNC HIIT

### 【「FUNC HIIT」に期待できる、うれしい効果】

- ①60分で1000kcal消費 ※個人差があります。
- ②身体改善により、平時のカロリー消費がアップ
- ③呼吸・姿勢・可動域が改善し、腰痛・肩こりもすっきり
- ④筋肉と脳の連動が高まり、カラダの活動量もアップ

## 【効果を最大限に！自分の運動機能を開放する60分間・4つのステップ】

STEP 1

### CONDITIONING

筋膜リリース&ストレッチ

STEP 2

### WARM UP

ムーブメントプレップ&体幹トレーニング

STEP 3

### FAT BURN

ダイナミックムーブメント&HIIT

STEP 4

### STRETCH

ストレッチ

JOYFITの「FUNC HIIT」は、大きく4つのステップに分かれています。計60分間のプログラムの中で40分を「カラダにあるセンサーと脳」の接続を適正な状態にするトレーニングに費やします。まず、器具を使った筋膜リリースとストレッチによってカラダのセンサーを活性化させていきます。続いて、関節の可動域を適正なものにし、体幹に刺激を与えて、より正しく動くカラダを作ります。そして、カラダの運動機能を最大に引き出した状態で、負荷を掛けた動きに移っていき、クライマックスの15分間で「HIIT」を行います。「HIIT」で20秒の動作と20秒の休憩を繰り返して心肺機能と身体機能を高め、脂肪燃焼を促した後は、しっかりストレッチをしてクールダウンしていきます。激しい運動である「HIIT」は15分でありながらも、無理なく十分効果的な脂肪燃焼を実現します。

## 【最新アイテムが、効果的な脂肪燃焼を強力サポート！】

「FUNC HIIT」では、より効率的な脂肪燃焼を実現する最新アイテムを採り入れています。参加者には、ハートレートモニターが配布され、プログラム中は全員装着をします。ハートレートモニターが計測した参加者一人ひとりの心拍数をスタジオ内の大型モニターで確認しながら、脂肪燃焼に一番適した心拍数をキープできるように、運動速度を調整しながらエクササイズを進めます。運動効果をより高めてくれる最新アイテムを活用しながら、効率的で楽しく脂肪燃焼を目指すことができます。

### ・HEART RATE MONITOR(ハートレートモニター)

プログラム中は心拍数モニターを装着。一人ひとりの心拍数にあわせて、運動速度を調整。



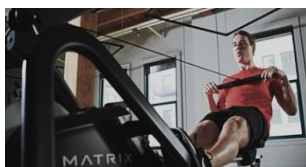
### ・FUNCTIONAL MAT(ファンクショナルマット)

刺激的なデザインとプログラムで、直感的にカラダを動かす楽しさを味わえるファンクショナルトレーニング。



### ・ROWING MACHINE(ローイングマシン)

船を漕ぐような動きで全身の心肺機能向上の筋肉を使い、カロリー消費と効果も期待できる世界で人気の有酸素マシン。



### ・ViPR(ヴァイパー)

これ一つで正しい身体の動きを習得し、バランス感覚・安定性・筋力・俊敏性の向上が図れるオールマイティギア。



大迫力のAR バイクエクササイズ

## MASH CYCLE

### 【拡張現実（AR）映像×運動生理学を融合した、日本初のバイクエクササイズ】

「MASH CYCLE（マッシュサイクル）」は、現実の渋谷の街に演出を加えた大迫力の映像をインストラクターが楽しくアテンドする拡張現実（AR）を使った45分間のJOYFITオリジナルプログラムです。

MASHとは、押しつぶす・すりつぶすという意味。ペダルを強く踏み込む動作で加速と減速を繰り返す運動生理学に基づいたプログラムで、身体感覚の向上と体脂肪の燃焼を同時に実現します。さらに、立体的な音楽の演出でハイテンションなバイクライドを楽しめます。



代々木体育館



表参道



渋谷



青山通り



START  
GOAL

巨大な曲面スクリーンに投影されるのは、実際に小型カメラをつけたロードバイクで撮影した映像に、特殊撮影映像を組み合わせた景色。まるで実際にその場を走っているかのような臨場感が楽しめます。

渋谷スクランブル交差点から出発し、国立代々木競技場・明治神宮・原宿・表参道から青山通りを通過。そして宮益坂から渋谷スクランブル交差点へ戻ってくるコースを迫力の映像で再現しています。都心を独り占めしているような、普段ではなかなか体験できない爽快レースをお楽しみいただけます。

人気のVR バイクエクササイズ

## LES MILLS THE TRIP

### 【バーチャル世界へトリップ。世界で人気のVRバイクエクササイズ】



「THE TRIP（ザ・トリップ）」は、深海や宇宙などありえない空想の世界へトリップできる、仮想現実（VR）を使った世界で人気のバイクエクササイズです。

大迫力の巨大な曲面スクリーンとオリジナルサウンドシステム、マルチピークのサイクリングワークを組み合わせることで、プログラムへの没入感を演出。まさにエンターテインメントとエクササイズを融合した、ファンライドプログラムです。

# 「J+」料金&導入店舗一覧

## <「J+」料金>

### ●月額払い：1ヶ月¥5,000（税別）

通常のJOYFIT月会費に加え上記のJ+月額利用料をお支払いいただくと、J+プログラムが毎月何度でも使い放題となります。  
※ただし、JOYFIT苫小牧柳町・JOYFIT BIO・JOYFIT24綾瀬・JOYFIT仙台泉の会員様限定となります。

### ●都度払い：1回¥3,000（税別）

どの店舗で入会しても、全国のJOYFITが使える「どこでもJOY」サービスで、使いたい日だけJ+のプログラムをご利用いただけます。  
※ただし、JOYFIT苫小牧柳町・JOYFIT BIO・JOYFIT24綾瀬・JOYFIT仙台泉以外の会員様限定となります。

## <「J+」導入店舗一覧>

### ●JOYFIT24綾瀬「FUNC HIIT」

**NEW!**

#### 【店舗概要】

営業時間：24時間365日

住所：〒120-0005 東京都足立区綾瀬2丁目26-8 2F ※「FUNC HIIT」は左記「別館」にて提供します。

最寄駅：綾瀬駅 西口から徒歩30秒

T E L：03-5856-0047

月会費：¥7,618（税別）

U R L：<http://joyfit.jp/ayase/>

#### 【提供開始日】

2018年4月1日（日）より店舗にて申込受付およびサービス提供を開始します。

### ●JOYFIT 仙台泉「FUNC HIIT」

#### 【店舗概要】

営業時間：6:00-24:00

住所：〒981-3116 宮城県仙台市泉区高玉町9番2号

最寄駅：泉中央駅徒歩15分

T E L：022-771-1526

月会費：¥7,480（税別）

U R L：<http://joyfit.jp/sendaiizumi/>

### ●JOYFIT苫小牧柳町「MASH CYCLE」「THE TRIP」

#### 【店舗概要】

営業時間：6:00-24:00

住所：〒053-0053 北海道苫小牧市柳町2丁目3-7

最寄：道南バス 柳町4丁目(イオンショッピングセンター前、又はキネネッツ館前)より徒歩5分

T E L：0144-84-5411

月会費：¥7,980（税別）

U R L：<http://joyfit.jp/tomakomaiyanagimachi/>

### ●JOYFIT BIO「MASH CYCLE」「THE TRIP」

#### 【店舗概要】

営業時間：平日 6:00-24:00、土曜 6:00-22:00、日曜、祝日 6:00-20:00

住所：〒080-0023 北海道帯広市西13条南10丁目1番地

T E L：0155-23-1310

月会費：¥8,980（税別）

U R L：<http://joyfit.jp/bio/>



# 会社概要

## ■株式会社ウェルネスフロンティア

「日本を健康に。For Your Smile Life」私たちは、心身の健康を追求するプロフェッショナルです。

## 【スポーツクラブ事業 JOYFIT】

「スポーツクラブジョイフィット」、24時間営業「フィットネスジム ジョイフィット24」、女性専用ヨガスタジオ「ジョイフィットヨガ」の3業態を国内外で250店舗以上展開しています。

## ●「どこでもJOY」サービス概要

2018年2月1日より、以前から提供していた「全国相互利用サービス」がリニューアル致しました。

「どこでもJOY」では、入会している店舗以外の、全国の「スポーツクラブJOYFIT」、24時間営業「フィットネスジム JOYFIT24」をご利用いただくことができます。また、「JOYFIT」及び「JOYFIT24」の女性の会員様は、別料金で「女性専用 ヨガ・スタジオ JOYFIT YOGA」をご利用できます。エアロビクスやヨガなどのスタジオプログラムがある店舗と、24時間利用可能な店舗、女性専用のヨガ・スタジオと3つのタイプをそれぞれいつでも、どこでも、自由に、ご利用いただけます。

JOYFITはこれからも、地域に愛される、日本一便利なスポーツクラブを目指します。

2018/2/1よりサービス拡充!! 全国のJOYFITが利用可能!

# どこでもJOY

 どの店舗で入会しても、  
全国のJOYFITをご利用いただけます。

## 例えばこんな使い方

### 会社帰りに

自宅でも、勤め先でも。  
どこからでも!



### 出張先で

帰省中や出張時にも  
利用可能!



### いつもと違う体験

店舗独自の好きな  
プログラムを選べる!



### 24時間利用可能

昼はスタジオ、  
夜は24hジムで。



※「どこでもJOY」のサービスがご利用いただける会員種別、料金等は店舗により異なります。

また店舗により別途料金がかかる場合がございます。

※新規オープンから半年を経過していない店舗においては、「どこでもJOY」のサービスがご利用出来ない店舗がございます。

ご利用の際は、事前に店舗までご確認ください。

※会員種別によっては、女性専用エリア等、ご利用いただけない店内施設もございます。予めご了承ください。

## 【会社概要】

商号 : 株式会社ウェルネスフロンティア (株式会社オカモトホールディングス 100%出資)

代表者 : 代表取締役社長 岡本 将

設立 : 2004年7月

資本金 : 1,000万円

売上高 : 113億8441万円(2017年3月期)

所在地 : 東京都墨田区江東橋4丁目26番5号

事業 : フィットネス事業、介護事業

<http://wellness-frontier.co.jp/>