



zen place

PRESS RELEASE

報道関係者各位

2021年9月17日
株式会社 ZEN PLACE

**ピラティススタジオ数 No.1^{※1}の ZEN PLACE | 各種マシン完備の
新プライベートレッスン専門スタジオ「zen place pilates 代官山」
2021年9月27日(月)オープン!**

代官山駅より徒歩4分 - 都会にいなながらも落ち着いた心地良いスタジオ-

豊かなライフスタイルとウェルビーイングの創造を目指し、全国に100店舗以上のヨガ・ピラティス専門スタジオ「zen place」を運営する株式会社 ZEN PLACE（本社：東京都渋谷区 代表取締役社長：尾崎成彦）は、プライベートレッスン専門スタジオ「zen place pilates 代官山」を2021年9月27日(月)にオープンいたします。 ※1: 自社調べ



体験お申込みはこちら：<https://www.zenplace.co.jp/studios/basipilates-daikanyama>

プライベートレッスン専門「zen place pilates 代官山」2021年9月27日(月)オープン!

「zen place pilates 代官山」では、各種ピラティスマシンを完備した“自分自身と向き合う時間”を大切にされたプライベートレッスンのみを行う新スタジオです。

世界で最も歴史があり、ピラティス界をリードする米国最大級のピラティス資格団体「BASI Pilates」の資格と豊富な経験をもつエデュケーター（インストラクター）が、一人ひとりの状態をしっかりと見て、正しい身体の使い方になるよう、丁寧にセッションを行います。

ピラティスのさまざまな動きを通して、自分の「こころ」と「身体」に向き合い、自分のこころの状態や身体のあり方、その変化に気づき、変わっていく。

Whole Body Health = こころと身体、全体の健康を追求し、学び、自分らしく、豊かに生きられる方が一人でも多く増えることをサポートいたします。

こころとカラダをひらく、こころを溶かすピラティス

zen place ピラティスは、呼吸と身体の動きを整え「こころも身体も豊かな自分をつくり上げる」マインドフルムーブメントです。

呼吸と共に背骨やインナーマッスルを微細に動かすことで、深く集中した状態を作ります。自分自身のこころと身体に向き合い、癖に気づき、学び、整えていく。

脳・全身の神経を刺激しながら、人間に本来備わっている理想のバランスを取り戻し、機能を正常化することで、生きるための活力を最大限に引き出し、前向きでオープンマインドに。毎日のライフスタイルの一つとしてピラティスを取り入れることがおすすめです。

全国 100 店舗以上の相互利用 OK！スタジオ＆オンラインで朝 6:00~23:00 受講可能

zen place は、全国 100 店舗以上のピラティス・ヨガスタジオの相互利用が可能なので、代官山スタジオ以外でも、お仕事やお買い物の前後や出張先・旅行先でも朝 6:00~23:00 のスタジオレッスンの受講が可能です。

さらに、全てのスタジオレッスンはオンラインでも受講可能です。移動時間がない・外出を避けたい日は、オンラインレッスンをご自宅などから受講可能です。

zen place なら、ライフスタイルやその日のスケジュールに合わせてレッスンをご利用いただくことができます。

「zen place pilates 代官山」スタジオ概要

2021 年 9 月 27 日（月）オープン！

代官山駅より徒歩 4 分という都会にいなながらも落ち着いた心地良い空間の「zen place pilates 代官山」で、ぜひ本物のピラティスをご体験ください。

スタジオ URL:

<https://www.zenplace.co.jp/studios/basipilates-daikanyama>

東急東横線 代官山駅から徒歩 4 分！

住所: 〒150-0034 東京都渋谷区代官山町 15-9 代官山センタービル 4F

新型コロナウイルスに関する zen place の取り組み

安心してレッスンへお越しいただくため、下記の取り組みを徹底して行っております。自動消毒器と体温測定器による検温と消毒、窓の開放とサーキュレーター設置による換気、WHO 本部や世界の医療機関、空港や新幹線などの公共交通機関で導入されているウイルス 99%強力除菌／不活性化テクノロジーを搭載した強力空気除菌機／清浄機の全店設置、その他レッスン前に体調に関する事前アンケート等を実施しております。

※詳細は下記よりご確認ください。

<https://www.zenplace.co.jp/info/corona>

zen place pilates とは

zen place は、ピラティスで骨や筋肉を微細に動かすことが単に身体を良くすることに留まらないことに注目し、様々なレッスンをご用意しています。

マインドフルムーブメントを通して自分の身体への気づきを高めることで、身体だけでなく脳や自律神経系、免疫系が正常に機能するよう整え、脳と身体が繋がる最適な状態を作り出します。

身体の細部まで意識を通すことにより、呼吸法やコア（インナーマッスル）、柔軟性に働きかけていきます。呼吸によって自律神経系にも刺激を与えながら、体幹から身体を扱うことで、内臓の位置や筋肉のつき方、関節、骨格にまで影響を与え、芯が通った効率的な動きができる、しなやかな姿勢に変えていきます。

心と身体のつながりに着目したピラティスムーブメントは、単なるエクササイズではありません。ピラティスは、生涯を身体的に、精神的に健康的に生きていくための方法で、精神を活気づけていくとともに、それぞれの筋肉の間の肉体的な調和を促進していきます。

株式会社 ZEN PLACE

私たち ZEN PLACE は、「心も身体も満たされる、豊かな日本社会を創る」という企業ビジョンのもと、最新の研究結果やテクノロジーを活かし、マインドフルムーブメントで人を豊かにするスタジオ事業、心や身体をより深く学ぶアカデミー事業、一生を豊かに生きることをサポートする訪問看護・リハビリデイサービス事業、単に病気を治すだけではなく、豊かな人生、ウェルビーイングを目指すためのクリニックやアプリ事業などを展開しています。

商号 : 株式会社 ZEN PLACE
代表者 : 尾崎 成彦
所在地 : 東京都渋谷区広尾 3 丁目 1 2 - 3 6 ワイマツ広尾 4 階
業種 : ヘルスケア



■ZEN PLACE 関連サイト

コーポレート Website <https://corporate.zenplace.co.jp/>
スタジオ Website <https://www.zenplace.co.jp/>
公式 Instagram https://www.instagram.com/zenplace_official/

< 本件に関する報道関係者のお問い合わせ >

株式会社 ZEN PLACE

マーケティング室 PR 担当: 福田・川崎

メールアドレス: n.fukuda@zenplace.co.jp, j.kawasaki@zenplace.co.jp