



PRESS RELEASE

報道関係者各位

2025 年 4 月 24 日
株式会社 ZEN PLACE

2025 年 5 月 1 日(木) 綱島駅徒歩 2 分の好立地に 「zen place pilates 綱島スタジオ」 拡張・移転オープン 国内 150 店舗のピラティス・ヨガスタジオ zen place 綱島スタジオリニューアルオープン

最先端研究結果・科学をもとに、グローバルな環境で最新技術と DX で挑戦を重ね、サービス業界にイノベーションを起こしている最先端の Web3.0 DX 企業であり、ウェルビーイング創造のリーディングカンパニーである株式会社 ZEN PLACE（本社：東京都渋谷区 代表取締役：尾崎成彦）は、綱島駅から徒歩 2 分の好アクセス・好立地に各種マシンを完備した最新ピラティス専門スタジオ「zen place pilates 綱島スタジオ」を 2025 年 5 月 1 日(木)に拡張・移転オープンします。



詳細・体験お申込みはこちら

<https://www.zenplace.co.jp/studios/pilates-tsunashima>

駅近、好アクセス 広く開放的な「zen place pilates 綱島スタジオ」

「zen place pilates 綱島スタジオ」は、東急東横線 綱島駅から徒歩 2 分の好アクセス・好立地で、広々としたスタジオで開放的に身体を動かすことのできる、最新ピラティス専門スタジオです。各種ピラティスマシンを完備し、世界レベルの資格と豊富な経験・知識を持つエデュケーター（インストラクター）が、初心者から経験者まで幅広いピラティスレッスンを提供いたします。



「zen place pilates 綱島スタジオ」概要

綱島駅 北口から徒歩 2 分

- ・スタジオ住所：
〒223-0053
神奈川県横浜市港北区綱島西 1-5-18
The Light Building5F
- ・最寄り駅：
東急東横線 綱島駅 北口から徒歩 2 分
東急新横浜線 新綱島駅 徒歩 8 分
- ・スタジオ URL：
<https://www.zenplace.co.jp/studios/pilates-tsunashima>
- ・電話番号：
045-947-3301
- ・メールアドレス：
tsunashima.pilates2@zenplace.co.jp

綱島スタジオがリニューアルOPEN!

ピラティス専用マシンを多数設置した
グループ、プライベートレッスンも充実!
広く、快適なスタジオです



「綱島駅」徒歩2分

大人の新習慣！ピラティス専門スタジオ「zen place pilates」

50 代からのしなやかな心身の発見 — 初心者、シニア、男性、どなたでも受講できる

zen place では、リフォーマーなどのピラティスマシンを使用した「マシン・グループレッスン」、継続しやすい「マット・グループレッスン」、オリジナルメニューでできる「マシン・プライベートレッスン」まで、受講者のレベル・スケジュールに合わせてお選びいただけるピラティス・レッスンを提供しています。これら全種類のレッスンを、世界基準の資格と豊富な経験を持つエデュケーター（インストラクター）が一人一人の目的やレベルに合わせてレッスンを行っているため、必ずご自身にあった受講方法が見つかります。

国内ピラティススタジオ数 No.1^{※1}「zen place」の特長

国内 150 店舗以上のピラティス・ヨガ専門スタジオ zen place は他店利用 OK^{※2} なので、予約が取りやすく、継続しやすいスタジオです。運動経験の少ない方・運動が苦手な方、ピラティス・ヨガ初心者から経験者まで安心して受講いただけます。

●マット／マシン^{※3}、プライベート／グループ、幅広く豊富なレッスン

朝から夜までご自身のスケジュール、レベルや興味に合わせたマット／マシンレッスン^{※3}が見つかります。ご自身の目的や状態にあわせたプライベート・レッスンや、レベルやフォーカスが選べるグループ・レッスンなど、豊富なレッスン数と受講方法で、継続しやすく、最速で最大限感じていただくことができます。

●朝 7:00~夜 22:00 まで、レッスンはオンラインでも受講 OK!※2

移動時間がない・外出を避けたい日は、スタジオレッスンをご自宅などからオンライン LIVE で受講可能。画面を見ながらスタジオにいるかのようにレッスンを受けられます。

●全国 150 店舗以上の駅近ピラティス・ヨガスタジオの他店利用が可能!※2

近隣店舗はもちろん、ピラティス、ヨガ両方のスタジオレッスンが受講可能です。

お仕事やお買い物の前後や出張先・旅行先でもその日の体調や気分でもスタジオレッスンを選ぶことが可能です。

●各種ピラティスマシン完全完備※3! プライベートやリフォーマーグループレッスンなど

ピラティス専門スタジオでは、各種ピラティスマシン（リフォーマー、キャデラック、チェアー、ラダーバレル等）を完全完備。マシン・プライベートレッスンはもちろん、リフォーマーレッスンなど各種マシン・グループレッスンもご用意しています。

※1: 自社調べ（2025 年 4 月）

※2: 店舗・レッスンにより差額が発生する場合があります。

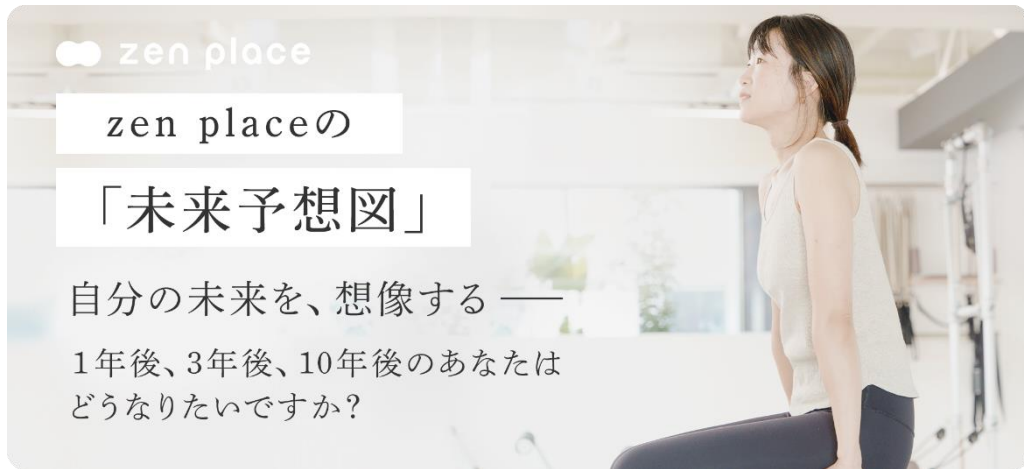
※3: ピラティススタジオのみ



zen place ピラティス・ヨガとは

zen place は国内 150 店舗以上、世界基準のピラティス・ヨガを学ぶ指導者が 1,000 人以上いる日本最大級のピラティス・ヨガ専門スタジオです。2004 年の創業以来、ピラティス・ヨガの分野において世界をリードする企業として、ピラティス業界 トップの指導者やピラティス・マシン最大手である Balanced Body®など、世界トップのピラティス・ヨガ指導者や団体と提携し、学び、世界レベルのレッスンを提供しています。zen place を通じて、世界中の一流の講師たちから直接学ぶ機会を得ることで、新たな気づきと学びを深め、脳の概念化、脳システムに基づき、知覚、実践で科学的に立証された zen place のピラティス・ヨガで Well-being の創造をサポートしています。

未来予想図 ～自分の未来を、想像する～



1年後、3年後、10年後の
自分を想像してみてください。
どうなりたいですか？

今よりも楽しく過ごしたい、ポジティブな気持ちで過ごしたい、
仕事やスポーツのパフォーマンスをあげたい
いくつになっても自分の足で歩きたい、美しくいたい…

もしくは、頭痛、肩こり、腰痛、アレルギーや花粉症
不眠、うつ症状、生理痛、更年期症状、不妊…
さまざまな悩みや痛みを改善したい…

1年後、3年後、10年後、
このとき、自分をいいなって思っている自分を想像できますか？
今よりも、自分のことを好きになっている自分を想像できますか？

zen place は、いま、みなさんが想像した
「なりたい自分・状態」と「その先の未来」をサポートします。

心の状態には身体が、身体の状態には心が、
そして脳が関係していることを知っていますか？

zen place のピラティス・ヨガは、
フィットネスやボディメイクではなく、心を変えるピラティス・ヨガ。
それは、心、身体、脳を一体として、微細な部分に意識を向け、コントロールする
「感じるを探す」マインドフルムーブメント。

他人と比較せずに、自分を知り、
一歩ずつよくなっていく自分に気づき、
自分の成長に喜びを感じることに。

人間が良くなっていく、真の人生を生きていく、Better Person へ

株式会社 ZEN PLACE

「日本のウェルビーイングを世界最高にする」ZEN PLACE は、グローバルな環境で最新技術と DX で挑戦を重ね、ウェルビーイングとサービス業界にイノベーションを起こしている Well-being Development Company です。最先端研究結果・科学をもとに、DX・Web3.0 との融合を行い、日本国内だけでなく中国をはじめとする海外のピラティス・ヨガスタジオの運営や学びを深める養成コースやワークショップ、ウェルビーイングを促進する自社開発アプリや AI 解析サービス、豊かな一生をサポートするヘルスケア・アプリの開発やクリニック・訪問看護、さらに免疫や内蔵機能の調節など様々な生体機能に効果があるといわれている CBD を取り扱う EC サイト運営や自社開発など、ZEN PLACEらしいユニークでシームレスな事業展開で Holistic Wellness と Well-being を実現し、社会に変化をもたらすユニークでオンリーワンの会社です。

ZEN PLACE と、もっとウェルビーイングな未来へー

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 ワイマッツ広尾 4 階

業種：ヘルスケア



ZEN PLACE 関連サイト

スタジオ Website	https://www.zenplace.co.jp/
コラムサイト	https://www.zenplace.co.jp/column/index.php
公式 Instagram	https://www.instagram.com/zenplace_official/
公式 X	https://twitter.com/zenplace_jp
公式 YouTube	https://www.youtube.com/channel/UC-N5VcKtH5XQLoOQonXDkqw
コーポレート Website	https://corporate.zenplace.co.jp/
コーポレート Instagram	https://www.instagram.com/zenplace_corporate/
アカデミー Website	https://www.bodymindspiritresearchlab.com/
オンラインストア	https://zenplaceonline-store.myshopify.com/
オーガニック CBD オンラインストア	https://gojiai.zenplace.co.jp/
zen place 採用情報	https://www.wholebodyeducator.com/

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（担当：鍋島）

メールアドレス：zen_marketing@zen-jp.info
n.nabeshima@zenplace.co.jp

一般のお客様からのお問い合わせ

予約・問い合わせ窓口

（平日 9:00-20:00、土日祝 9:00-16:00）

電話番号：050-3355-5225