

**Leo the football氏（名久井レオ氏）率いる「シュワーボ東京」向けに  
呼吸コンサルタント・アスレティックトレーナーの大貫崇氏による呼吸セミナーを実施  
～アスリートにおける呼吸の重要性とトレーニング方法を解説～**

深い呼吸の習慣化サポートデバイス「ston s（ストーンエス）」を開発するBREATHER株式会社（本社：東京都港区、代表者：代表取締役 御神村友樹、以下、BREATHER）は、2024年6月1日より**Leo the football氏（名久井レオ氏）が監督兼オーナーのシュワーボ東京**のオフィシャルスポンサーに就任しました。その取り組みの一環として、呼吸コンサルタントでBREATHERのアドバイザーを務める大貫崇氏を講師に迎えて、呼吸セミナーを7月31日（水）に開催いたしました。実施後のアンケートでは約100%の方々が満足、非常に満足と回答し、アスリートにとっての呼吸の重要性を実感いただくことができました。



×

BREATHER



### <実施概要>

- タイトル : シュワーボ東京所属選手への大貫崇氏による呼吸トレーニング  
主催 : BREATHER株式会社 (ブリーザー株式会社)  
会場 : 所沢航空公園 サッカー場  
(〒359-0042 埼玉県所沢市北有楽町2-2-12)  
日時 : 2024年7月31日 (水)  
実施内容 : 選手、スタッフ向けに1.5時間ほどの講義とトレーニング実践指導を実施

### <セミナーの様子>

## ① 座学



一般的な呼吸の重要性／アスリートにとっての呼吸の重要性と課題について

## ② 呼吸の現状把握と呼吸トレーニング

呼吸の簡易計測／きほんの呼吸®体験／呼吸トレーニング



セミナー終了後の選手向けのアンケートでは、100%が「満足/非常に満足」と回答し、「体が動きやすくなった」「いつもよりランニングした時に息が上がらなかった。」「上半身の可動域が広くなり、ムダな力が抜けるようになった」などの感想をいただきました。また、セミナー後の睡眠では約80%が「いつもよりよく眠れた」と感じていただきました。

#### ■呼吸コンサルタント アスレティックトレーナー 大賀崇氏

BP&CO.代表 (<https://www.bpand.co/>)

呼吸専門サロン ぶりーずぶりーず 店主

大阪大学医学系研究科運動器スポーツ健康科学共同研究講座 特任研究員

Improve KYOTOアドバイザー

#### ■シュワーボ東京概要

シュワーボ東京は東京都リーグ2部に所属するサッカークラブ。

チーム名「シュワーボ」の由来は、監督でありオーナーのLeo the football（名久井レオ）が最も尊敬する指導者、イビチャ・オシム氏のニックネーム”シュワーボ”から名付けまし

た。師の掲げた日本サッカーを日本化するという想いを引き継ぎ"情熱と知性"をクラブの哲学として結果を追求しております。

シュワーボ東京公式サイト

<https://www.svabotokyo.com/>

### ■BREATHER株式会社概要

会社名 : BREATHER株式会社 (ブリーザー株式会社)  
所在地 : 東京都港区新橋4-31-3  
設立年 : 2019年  
資本金 : 1億円  
代表者 : 代表取締役 御神村友樹  
事業内容 : 深い呼吸の習慣化を目的としたデバイス「ston」ファミリーの企画、開発等  
WEBサイト : <https://www.breather.co.jp/>

### ■深い呼吸の習慣化を目的としたデバイス「ston」ファミリーの代表的なブランド「ston s (ストーンエス)」

BREATHERはひと休みをアップデートさせるべく、「働き方改革」改め、「休み方改革」を社是とし、『自分の「とき」を生きる、すべての人をサポートすることを企業フィロソフィー』として掲げております。お客様一人ひとりの心豊かなライフスタイルを実現するため、深い呼吸の習慣化を目的としたデバイスの開発、販売を実施してまいりました。本製品の提供価値は、お客様が日々、無意識に行う呼吸を、意識下に置いた「良質な呼吸体験」に変化させることで、リフレッシュする機会を提供していくことです。当社は、「ston (ストーン)」や「ZORN (ゾーン)」の開発をしてまいりましたが、「ston s (ストーンエス)」はもっと気軽にお楽しみいただける製品として開発しました。2022年2月7日(月)から発売、多くのユーザーに支持され、現在LINE友だち18.2万人に到達しています。

※2024年7月31日時点



