

報道関係者各位

2017年3月16日
株式会社ルネサンス

リメイク版「青竹ビクス®」4月よりスタート！ ～誰でも気軽に足裏健康エクササイズ！～

株式会社ルネサンス(代表取締役社長執行役員:吉田正昭、本社:東京都墨田区)は、当社オリジナルプログラム「青竹ビクス®」*をリメイクし、2017年4月より全国のスポーツクラブ ルネサンスに導入いたします。

「青竹ビクス®」はシニアの方対象に開発したプログラムでしたが、今回のリメイク版は年齢に関係なくどなたにも効果を実感していただけるさらに楽しいプログラムとして生まれ変わります。

よりシンプルで動きやすく、活動的なイメージビジュアルにより、新たな顧客層へも訴求してまいります。

記

【プログラムの特徴】

シンプルな動きなので、初めての方でも安心して参加することができます。

また、ストレッチやセルフコンディショニングなども行い、青竹踏みで足裏のツボを刺激することで、心地よさと爽快感を味わえます。

【プログラムの効果】

- ・自然治癒力の向上
- ・全身の血行促進
- ・冷え性、むくみの改善

【こんな方にオススメ】

- ・激しい運動は苦手な方
- ・気軽に運動を始めたい方
- ・膝や腰への負担が気になる方



レッスンは、これまでの 50 分間、30 分間に加え、15 分間のクラスを開設し、スタジオだけでなく、ファンクショナルトレーニングエリアなどでも展開いたします。

「青竹ビクス®」の映像はこちらから

<https://youtu.be/OwBFhZhnF14>

※青竹ビクス®は、1990年代に当社と岡本正一氏(株)Be-up 代表取締役)が共同開発し、筑波大学で転倒予防の効果立証されたプログラムです。指導者養成を全国各地で行っています。

以上

本リリースについてのお問合せ先

株式会社ルネサンス パブリックリレーション部:芝原・村角(むらづみ)

TEL:03-5600-7811 FAX:03-5600-8898

URL: <https://www.s-renaissance.co.jp/>