

プレスリリース

2017年9月29日

株式会社ファーストクラストレーナーズ

### 【フィットネス業界初】

Polar 社・株式会社ウィットと提携したダイエットフルサポートプランを販売開始  
～2ヶ月で25万円以上いただきます～

#### 【サービス概要】

株式会社ファーストクラストレーナーズ（本社：大阪府中央区東高麗橋、代表：郡勝比呂）は、2ヶ月間でダイエットを成功させるための「ダイエットフルサポートプラン」をリリースいたしました。

フィットネス業界初の取り組みとして、「Polar」社の時計を活用し24時間の活動量をチェック。また、国内13万人のユーザーが利用する食事管理アプリ「あすけん」を使用し、日々の食事管理を行います。

そして、週に2回のトレーニングを経験豊富なプロのトレーナーが担当します。

※Polar：世界80ヶ国以上で愛用されている心拍数モニターウォッチメーカー。  
本プログラムでは日々の歩数や消費カロリーを管理できるA360を採用。

<https://www.polar.com/ja>

※あすけん：株式会社ウィットが開発している健康管理アプリ&ウェブサービス。  
食事を記録することで摂取カロリーや栄養素を確認することができる。

<http://www.asken.jp/>

#### 【本プログラムの特徴】

世界中で使われている高品質・高性能の「Polar」社の活動量計を使用することにより、トレーナーとのパーソナルトレーニング以外の時間の活動量や、消費カロリーを確認することができます。

また、国内で13万人が利用している信頼性の高い食事管理アプリ「あすけん」を利用することにより日々の食事を画像で記録し、確認をすることができます。

「Polar」「あすけん」ともに社内データとして管理し、それを基に個別にフィードバックをすることができます。

トレーナーの経験則だけでなく、数字やデータに基づいたフィードバックを行うことで、確実に成功へと導きます。

### 【プログラムの流れ】

#### ・初回

北浜本店にて初回カウンセリングを実施。「Polar」・「あすけん」の初期設定。

担当トレーナーと2ヶ月間のトレーニングプランを立案。

#### ・2回目以降

週に2回のトレーニングのうち、1回は北浜本店にて担当トレーナーと進捗管理。

その他の1回は、北浜本店も含めた弊社スタジオ（梅田・天満橋・堺筋本町・江坂等）、ご希望のスタジオにてトレーニングを実施。

※担当トレーナー以外がレッスンをを行う場合があります。

### 【トレーニング】

「畳一帖でも効果を出せるトレーニング」がコンセプトのファーストクラストレーナーズ。1回あたり約60分間のトレーニングをマンツーマンで実施します。

スタジオにはFIFA公認の人工芝を設置。フロア一面に広がる人工芝が、運動意欲を高めてくれます。

また、トレーニングはマシンを使わずに裸足で行います。裸足でトレーニングを行うことで足裏からの刺激を感じます。日頃、あまり意識することのない足裏。足裏からの感覚が、歩行やランニング、日常生活に大いに役立ちます。

多くの方が効果を感じている「TRX」。アスリートやモデルにも愛用され体幹トレーニングとして非常に汎用性の高いツールです。

TRXは、米国海軍が開発したトレーニングツールで、天井から吊るしたサスペンションを使用します。重力と体重を利用し、単なる筋トレではなく、身体の様々な部位を連動させたトレーニングを行うことができます。

さらに、海外では警察官や消防隊員のトレーニングツールとして愛用されているViPR（バイパー）や、チューブ・バンド・重り等を有効活用し、短時間で効果的なトレーニングを行うことができます。

### 【対象】

- ・ダイエットをしたい方。体を引き締めたい方。
- ・他社でのダイエットプランでリバウンドをしてしまった方。

### 【料金】

- ・250,000円

（入会金・Polar/あすけん登録料等の初期費用・ポラールA360本体代・パーソナルセッション16回・カウンセリング8回）

**【会社概要】**

- ・会社名：株式会社ファーストクラストレーナーズ
- ・本社所在地：大阪府中央区東高麗橋 2-5 グラン・コープ東高麗橋 2F
- ・電話番号：0120-89-4615
- ・営業時間：平日 10:00～20:00

※上記は本社の営業時間となります。パーソナルトレーニングスタジオはこの限りではありません

**【お問い合わせ先】**

株式会社ファーストクラストレーナーズ事務局 桜木正徳

TEL：0120-89-4615 E-mail：sakuragi@fct-lesmills.com