

## 【オープン1周年】整骨院から160平米の大型パーソナルジムオープン！

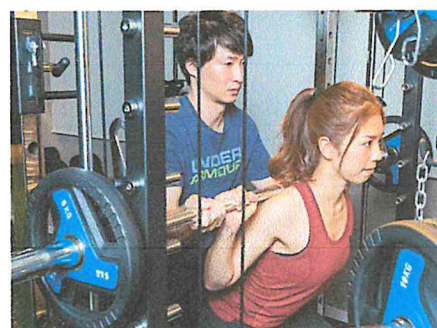
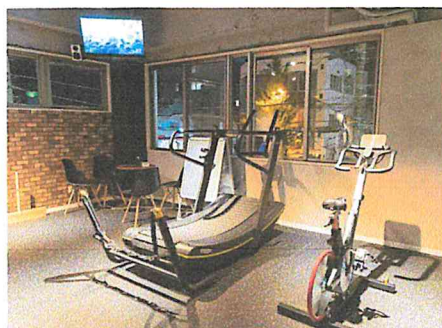
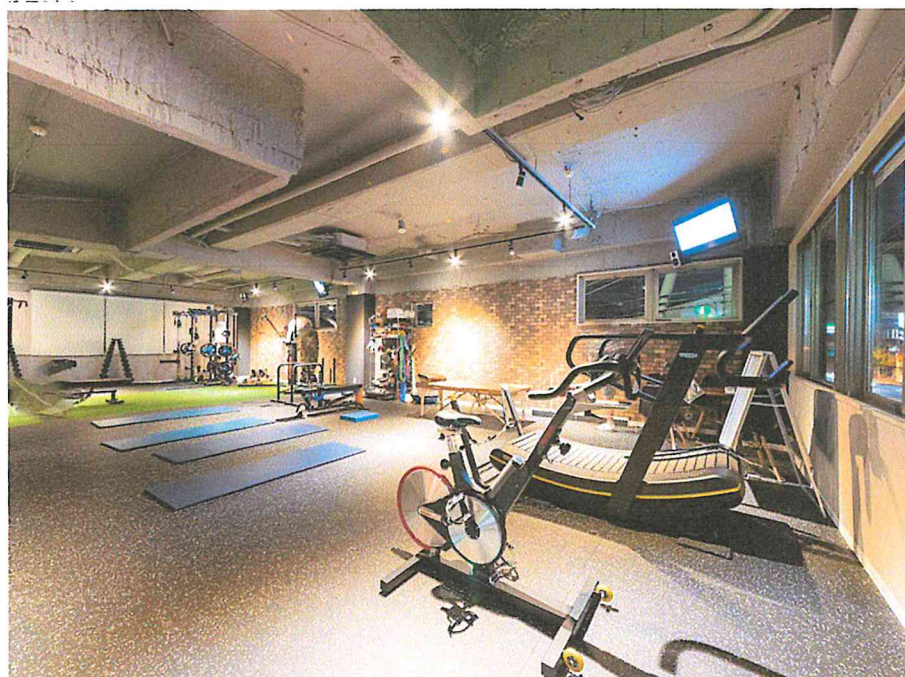
### 国家資格を活かした専門的な運動指導施設

5年間運営していた整骨院の経験を活かし、体に不安を抱えた方やダイエットをしたい主婦層の女性などが安心して、低価格でパーソナルトレーニング(1対1)を受けることができる地域密着型の「スターライトフィットネス」をオープンしました。

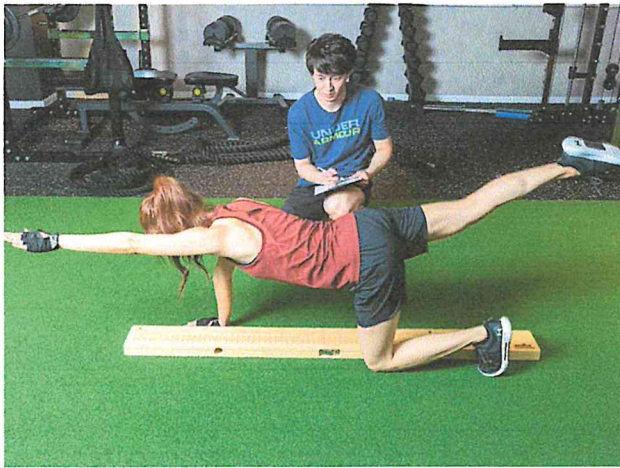
当施設では、デジタル姿勢分析ツールやFMS(米国で主流の動作測定)を利用し、お客様1人1人にあった運動指導やスマホの食事分析アプリ「あすけん」と契約をして、医学的に根拠のある食事アドバイスなどを行なっています。

また、体に不安のある方でもスポーツ整体や物理療法機器を使用し、運動面以外からも体のサポートができる体制を整えています。

一般的なパーソナルジムは、3ヶ月で20万などの料金体系ですが、地域密着でお客様に長く通っていただきたいと考えているため、月額8,800円から気軽に通える料金体系にしています。

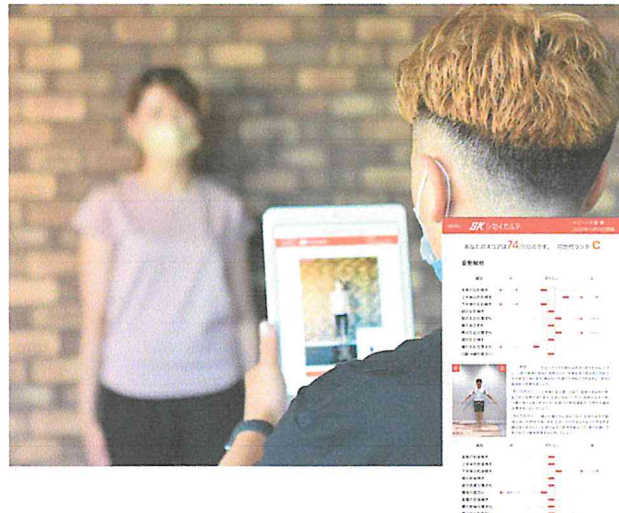


## 01.動作・姿勢分析

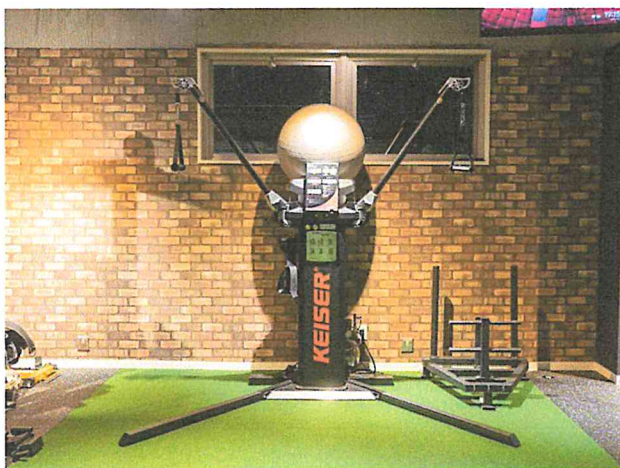


姿勢分析結果から「お客様の姿勢に必要なトレーニング」をご提案することができます。トレーナー個人の判断ではなく、最新の姿勢分析ツールを使うことで、正確な姿勢分析を行っています。お客様の姿勢を点数化し、将来どのような姿勢になってしまうのかあらかじめ予想することができます。

FMSで身体の硬さ・歪みがチェックできる  
アメリカで主流の「人の動き」を評価・チェックするFMSという方法を導入しています。  
たった7つの動きを評価するだけで、身体の柔軟性や動き、歪みなどをチェックすることが出来ます。専門的に詳しく評価を行うことで、運動が初めてのお客様でも安心して、効果の高い運動を行うことができます。



## 02.ストレッチ専用マシンなど最新の設備



筋肉を鍛えることを目的としておらず、身体の筋肉をやわらかくするストレッチを目的としたマシンです。世界的に有名なイチロー選手が愛用していることで世に知られました。(初動負荷マシン)従来のように重りを使用しておらず、バネを利用している特殊なマシンです。バネの跳ね返りを利用し、筋肉に微細振動負荷を与えることで小刻みな動きが実現し、筋肉を緩めながらストレッチをすることが可能になります。

アメリカから希少な最新の空気圧トレーニングマシンを導入一般的なジムでは、ダンベルやウエイトスタックマシン(筋トレマシン)などを使ってトレーニングを行います。スターライトフィットネスでは、空気圧を利用したマシンを導入しているため、初心者の方でも短時間で効果の高いトレーニングを実現することが出来ます。空気圧を利用することにより、短時間で筋肉に負荷をかけることが可能なため、筋力アップを目指している方にも有効です。



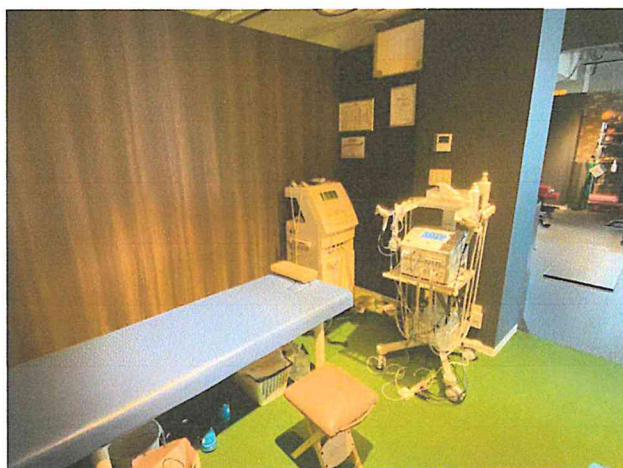
### 03.最新スマホアプリで食事分析



スマホアプリで有名な「あすけん」と独自に契約をして、会員の皆様にご提供させていただいております。アプリに写真やメニューを入力するだけで、お客様の食事の傾向や栄養素を分析することができます。

しかし、アプリの情報だけでは、お客様の生活に合っているとは言えません。そこで、トレーナーがお客様の生活環境を加味して、無理のない食事方法をご提案させていただきます。

### 04.整体や物理療法で体のサポート



慢性的な腰痛や肩こり、膝の痛みなどがあった場合も整体や物理療法機器で体のサポートをしています。

日常的に体の不安を抱えていない方でも、突発的に捻挫などを起こしてしまう場合がありますが、そのような際にも対応できるようにしています。

### 05.月額8,800円～通える料金設定

会員タイプ	料金	通い放題	パーソナル回数
月1会員	月額8,800円	○	月1回
月2会員	月額12,100円	○	月2回
ダイエットコース	月額18,700円	○	月4回
アスリートコース	月額18,700円	○	月4回
チケット会員	19,800円	×	4回チケット

#### 【会社概要】

Migi Agari株式会社

代表取締役：相馬一宇

〒007-0838

北海道札幌市東区北3 8条東7丁目2-17

北栄メディカルビル 2階

店舗HP：<https://starlight-fitness.jp/>



#### 【本件に関するお問合せ】

Migi Agari株式会社

担当：相馬一宇

TEL：011-299-3556

Mail：[support@starlight-fitness.jp](mailto:support@starlight-fitness.jp)