

背中&二の腕たるみに徹底アプローチ！ビートドラムダイエットが大進化！
女性の“美”の悩みを、ビートを刻んで解消！360度どこから見ても引き締めボディに！

BEAT DRUM DIET ver3.0

全国のホットヨガスタジオ「IoIve(ロイブ)」にて、2月より順次導入開始

女性専用のフィットネスブティックスタジオを運営する株式会社LIFE CREATE（本社札幌市、代表取締役 前川彩香）は、「わたしを好きになる」をコンセプトにした女性専用ホットヨガスタジオ「IoIve（ロイブ）」にて、ご好評いただいているBEAT DRUM DIETをリニューアルし『BEAT DRUM DIET ver3.0～二の腕&背中EDITION～』として、2月より順次、店舗導入いたします。

2017年6月にローンチした「BEAT DRUM DIET」は、L.A.発の新感覚エクササイズ“エアドラムエクササイズ”を取り入れ、温度32度・湿度50%のホットヨガスタジオで行う新感覚エクササイズです。大音量の音楽に合わせて暗闇の中でドラムスティックを激しく振り、腕だけでなく全身でBEATを打ち続ける有酸素運動と筋トレを組み合わせたエクササイズで、ストレス発散とボディのシェイプアップが可能になります。導入から2年たった現在でも、ロイブ人気プログラムの一つとして多くのお客様にご好評いただいています。

この度のリニューアルでは、女性の“美”のお悩み解消を目的に、多くの女性がコンプレックスを抱えがちな「二の腕のたるみ」と、痩せにくく見た目年齢への影響も多いといわれる「背中」を強化し、大幅アップデートしました。これまでのビートドラムダイエットの、ビートを刻む爽快感や下半身やお腹のボディメイク要素に加えて、二の腕や背中を意識しながら動作を行うことで、背面の大きい筋肉が刺激され、代謝や脂肪燃焼の効率アップも期待できます。



ビートを刻んで、目指せ！360度どこから見ても引き締めボディ BEAT DRUM DIET ver3.0~二の腕&背中EDITION~

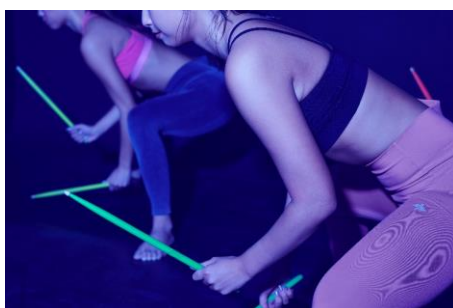
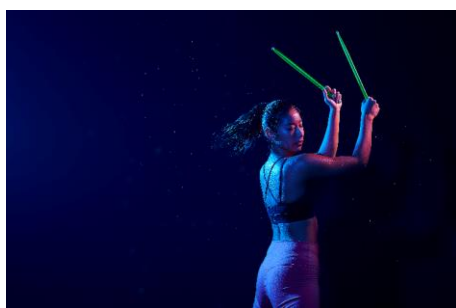
■プログラム概要

- ・スタジオ環境：温度32度／湿度50%
- ・時間：45分
- ・期待効果：全身の引き締め・脂肪燃焼・代謝筋力アップ・ストレス発散

■プログラム特長

①暗闇×音楽で、人目を気にすることなくビートを刻むことに没頭！

ビートドラムダイエットは、ブラックライトを照らした暗闇の中で、大音量のダンスミュージックにあわせてドラムスティックでビートを刻みながら行うエクササイズです。自分と向き合える非日常的な空間は、人目を気にすることなく集中が高まり、エクササイズの没入感を高めます。



②LA発のエアドラムエクササイズを、ホット環境で。 エクササイズ効果も、爽快感もプラス！

LA発の新感覚エクササイズ“エアドラムエクササイズ”を取り入れ、温度32度・湿度50%のホットヨガスタジオで行う新感覚エクササイズ、ビートドラムダイエット。まるで熱帯地方にいるかのような環境で、全身を動かす有酸素運動を行います。ホット環境による大量の発汗で新陳代謝がアップし、効果的な脂肪燃焼が期待でき、求めるエクササイズ効果をより引き出します。また心身のデトックスや爽快感をご体感いただけます。

③女性の美のお悩み、“背中”と“二の腕”のたるみへアプローチを強化！ お腹&下半身の引き締めもプラスして、360度どこから見ても引き締めボディに！

プログラム内は、腹筋運動やスクワットの動きが多く含まれており、お腹周りや、下半身の引き締め効果が期待できます。またこの度のリニューアルで、二の腕と背中のたるみへアプローチする動きを追加し、360度どこから見ても引き締まった美ボディを目指します。さらにバックラインを意識しながら動作を行うことで、背面の大きい筋肉を刺激し、代謝と脂肪燃焼の効率を高めていきます。



ホットヨガスタジオloIve (<https://www.hotyoga-loive.com/>)

「わたしを好きになる」をテーマにした女性専用ホットヨガスタジオ。ホットヨガを通じて、自分自身のココロとカラダにゆっくりと向き合える時間をご提供しています。定番のヨガはもちろん、暗闇エクササイズ「Beat Drum Diet」や相撲の動きを取り入れた「SUMO YOGA」など、楽しくカラダを動かせるプログラムが充実。



<体験レッスン>

ご予約: https://www.hotyoga-loive.com/beginner/about/2019_06/

<店舗一覧>全国62店舗

- (関東) 自由が丘店・ロイブプラス銀座店・町田店・池袋店・小山店・イオン古河店・水戸店
・前橋店・ふじみ野店・イオンタウン上里店
- (北海道) 旭川店・札幌駅前店・苫小牧店・函館店
- (東北) 仙台店・山形店・秋田店・八戸店
- (甲信越) 長岡店・金沢ラパーク店・金沢店・小松店・松本店・上田店・長野店・川中島店
・アルプラザ小杉店・富山店
- (東海) 長久手店・ラスパ太田川店・名古屋駅前店・各務原店・岐阜店・美濃加茂店・浜松店
- (近畿) 京都四条店・イオン近江八幡店・高槻店・天王寺店・なんば店・NU茶屋町店
・神戸三宮店・姫路駅前店・ゆめタウン姫路店・紀伊川辺店・和歌山店
- (中国) 岡山店・倉敷駅前店・イオンタウン水島店・イオンモール広島府中店
- (四国) 丸亀店・イオンモール高松店・高松店・徳島店
- (九州) 宮崎店・イオン都城店・ゆめタウン光の森店・ゆめタウン八代
・フレスポ鳥栖店・トキハわさだタウン店・トキハ別府店・福岡PARCO店

株式会社LIFECREATE企業概要 (<https://be-lifecreate.com/>)

「人生を、愛そう。」を合言葉に、札幌で生まれた女性社員割合が99%の企業です。女性の新しい生き方を通して、世の中に愛と自信があふれ、子どもたちが夢を描く社会を実現することをビジョンに掲げ、ホットヨガスタジオ「loIve(ロイブ)」、日本初のサーフエクササイズ専門スタジオ「Surf Fit Studio(サーフフィットスタジオ)」そしてマシン専門ピラティススタジオ「pilates K(ピラティス ケー)」の3ブランドを通して全国に“ココロ動かすエクササイズ”提供しております。

(会社概要)

会社名	株式会社 LIFE CREATE (ライフクリエイト)
代表者	前川 彩香
資本金	1300万円
本社所在地	北海道札幌市中央区北4条西5丁目 アスティ45ビル2F
事業内容	ホットヨガ事業 サーフエクササイズ事業 ピラティス事業
URL	be-lifecreate.com



LOIVE 全国62店舗
Surf Fit Studio 6店舗
Pilates K 5店舗
(※2019年12月末時点)

<本件に関するお問い合わせ先>

株式会社LIFE CREATE 「loIve(ロイブ)」 広報: 武田(携帯: 080 3292 9622)
TEL: 03-6868-0803 Mail: takeda@be-lifecreate.com