

好評につき 13 スタジオに拡大&再登場！ スタジオ・ヨギー女性限定の「美尻ピラティス」9月よりスタート 秋もうしろ姿に自信のもてるメリハリヒップに！

「より健康に自分らしく生きたい」と願う方より美しいライフスタイルを応援する、ヨガ&ピラティススタジオ「スタジオ・ヨギー」を全国に展開する株式会社ヨギー（本社：東京都目黒区、代表取締役 太夫 佐和子）では、2019年9月より丸くハリのある美しいお尻を目指す女性限定「美尻ピラティス」クラスを期間限定で開催いたします。2019年春にも開催されたこの「美尻ピラティス」は、好評につきキャンセル待ちも続出の人気クラスでした。この度、お客様からの熱いリクエストに応え再登場。実施スタジオ数も全国13店舗へと大幅に拡大し、秋も女性たちの美尻作りをサポートいたします。

スタジオ・ヨギーについては、こちら <https://www.studio-yoggy.com/>
美尻ピラティスのクラスについてはこちら <https://www.studio-yoggy.com/topic/niceshaped/>



お客様の声に応え拡大&再登場

この「美尻ピラティス」は、2019年3月より3か月間の期間限定クラスとして開催しました。「デニムをキレイに履きこなしたい」「うしろ姿に自信をもちたい」などの女性のお尻へのお悩みやニーズをもとに、解剖学の観点から美尻づくりを考察。ウエストとヒップに女性らしいメリハリと、ハリのある美しいお尻を作るクラスとして考案されました。実際に「美尻クラス」を受講したお客様からは、『普段なかなか使わないお尻の筋肉を意識できた』『クラス後からお尻の引き締めを感じた』などの声を多数いただき、「また開催して欲しい」というニーズの高さから再開催を決定いたしました。また、開催スタジオ数も3店舗から



全国13店舗に大幅拡大し、より多くの女性たちの美尻作りをサポートいたします。

ピラティスとは？

ピラティスとは、「10回で気分が良くなり、20回で見た目が変わり、30回で体のすべてが変わる」といわれる、解剖学的根拠に基づいたエクササイズ。普段は意識しにくい体幹部のインナーマッスルを鍛えることで、体のゆがみを改善し、どこにも無理のない正しい姿勢へと導きます。モデルや女優など、美意識の高い方を中心に実践されており、しなやかに美しい筋肉をつけたい方、効率よく体を整えたい方におすすめのメソッドです。

美尻ピラティス3つの特長

Point 1

お尻の筋肉にスイッチを入れる！

凝り固まったお尻周辺の筋肉と筋膜をほぐす。または、関節が動きやすくなるようウォーミングアップ。



Point 2

お尻の高さをつくる！

もも裏とお尻の大きな筋肉に刺激を与えて位置を上げる。ダイナミックな動きで筋トレ効果も抜群。



Point 3

ヒップラインを整える！

お尻の脇の筋肉（中殿筋）、内ももの筋肉（内転筋）も動かして、ヒップのかたちを整える。



期間限定美尻クラス「美尻ピラティス」実施概要

開催期間：2019年9月～10月末まで（期間限定）

開催スタジオ：

＜関東＞スタジオ・ヨギー-TOKYO/スタジオ・ヨギー-麻布十番/スタジオ・ヨギー-渋谷/スタジオ・ヨギー-五反田/スタジオ・ヨギー-大宮/スタジオ・ヨギー-横浜/スタジオ・ヨギー-川崎

＜東海＞スタジオ・ヨギー-静岡パルコ/スタジオ・ヨギー-名古屋

＜関西＞スタジオ・ヨギー-OSAKA/スタジオ・ヨギー-なんば/スタジオ・ヨギー-京都

＜九州＞スタジオ・ヨギー-福岡天神

料金：●ドロップイン（1回券）3,000円（税抜）

●スタートチケット（3回券）4,500円（税抜）※スタジオ・ヨギーがはじめての方限定

※その他各種月会費やチケット有

開催スケジュール：<https://www.studio-yoggy.com/topic/niceshaped/>

【本件に関するお問合せ先】

<https://www.yoggy.co.jp/contact/>

株式会社ヨギー PR：大西

〒153-0061 東京都目黒区中目黒 3-3-2 EGビル

TEL：03-5725-1881/FAX：03-5768-2793 E-mail：pr_yoggy@studio-yoggy.com