

株式会社ぜん ヨガ・ピラティス専門スタジオ 100 店舗達成！

株式会社ぜん（〒150-0011 東京都渋谷区東 2-6-18）は、2018 年 1 月 4 日（木）、ピラティス専門スタジオ『ピラティススタイル』高円寺スタジオ・自由が丘スタジオを同日オープンし、全国のグループスタジオ数を 100 店舗に伸ばしました。2006 年 4 月に 1 号店として『basi ピラティス』中目黒スタジオをオープンしてから 11 年で 100 店舗達成となりました。

株式会社ぜんは、ヨガ・ピラティスを通して心身ともに真の健康を提供し、人が元気で社会が元気、そして家庭が元気になる社会作りに貢献することを目指しています。高齢者需要も高まるなか、病気予防、健康増進、健康寿命延命のためのヨガ・ピラティスと、穏やかに、笑顔で、自分らしく生きるための新しいリハビリ・看護に取り組んでまいります。今後も、ヨガ・ピラティススタジオ、訪問看護ステーションの新店舗オープン、季節キャンペーンを予定しております。ぜひご期待ください。



BASI ピラティス (<https://www.basipilates.jp/>)

世界 30 ヶ国、スタジオ数 650 ヶ所に展開する、米国から上陸した本格ピラティスを体験できます。現役スポーツ選手やダンサーらが実践していることでも話題なピラティス。当スタジオでは、自分の「心」と「身体」を見つめる時間となるような“第3の場所”としての上質な空間づくりを目指しています。



ピラティススタイル (<https://www.pilatesstyle.jp/>)

世界最大級の店舗数を誇るピラティス専門スタジオチェーンです。全 52 店舗にピラティスマシンを完備。都会的なファミリースタイルスタジオとしてピラティスをデイリーに感じて頂ける空間です。世界中の最先端ピラティスやボディワークを取り入れたオリジナルレッスンを行っています。



ヨガプラス (<https://www.yoga-plus.jp/>)

東京・横浜・大阪エリア他 19 店舗に展開するホットヨガ・常温ヨガ専門スタジオです。世界基準の伝統的なヨガのメソッドを、現代の社会に合わせ進化させた最先端のヨガを提供します。



ビクラムヨガ (<https://www.bk-yoga.info/>)

世界 60 か国、1500 スタジオ以上で愛される、ホットヨガの元祖「ビクラムヨガ」。インド人のビクラム・チョードリー氏によって 40 年以上前にはじめられた、歴史あるホットヨガをお楽しみいただけます。

★近年話題のマインドフルネスに最適なボディワーク、ヨガ・ピラティス

当社のヨガ・ピラティスでは、より心や気持ちのコントロールができることを目的に、マインドフルネスをテーマにした特別レッスンを行っています。今ここに自分の“心”と“身体”を見つめることで、マインド（心の状態）がフル（満たされている）な状態へ。つまりは「今、ここ」に 100% 意識を向けること。習慣づけていくことで、心と脳が変容していきます。もともとは、「ZEN（禅）」の教えが米国医療を通り逆輸入される形で注目を集めるマインドフルネス。その心のトレーニングとして、ヨガ・ピラティスは最適なボディワークです

<メディア様向け> ヨガ・ピラティス体験取材、常時受付中

株式会社ぜんではヨガ・ピラティスの素晴らしさをより多くの方々に知っていただくために、メディア様向けのレッスン無料体験を常時受け付けております。詳しくはお問合せください。



【本件に関するお問い合わせ】 株式会社ぜん マーケティング部 伊藤 (zen_marketing@zen-jp.info)

〒150-0011 東京都渋谷区東 2-6-18 渋谷エポックビル 3F / TEL : 03-6409-6503

コーポレートサイト : <https://zen-jp.info/>