

お問い合わせ

ジョンソンヘルステックジャパン株式会社

東京本社

〒108-0022 東京都港区海岸3-9-15 Loop-Xビル7F

03-5419-3560

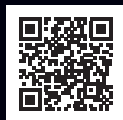
大阪支社

〒530-0037 大阪府大阪市北区松ヶ枝町1-3 いちご南森町ビル5F

06-4800-1200

<https://johnsonjapan.com/contact>

お問い合わせは
こちら



E G Y M



オペレーター、 トレーナー、 メンバーの皆様へ。

フィットネス業界におけるエキサイティングな年月を振り返ってみましょう。この業界がこれほど早く変化し、これほど競争が激しく、これほど長期的な成功を収めるためのチャンスがあったことはありません。施設はPelotonやTonalなどのホームワークアウト・ソリューションや、Apple Fitness+のような純粋なデジタル・プレイヤーと競合するようになりました。同時に施設利用者は、これまでに以上に自分にぴったり合った、自分のニーズや目標に適応した効果的なワークアウト体験を期待しています。このような市場の変化を踏まえて、私たちは市場調査会社パルスと協力して、これらの変化とCOVID-19がテクノロジー投資にどのような影響を与えているかについて、何百もの施設経営者を調査し、いくつかの興味深い洞察を得ることができました。経営者の約4分の3が、来年フィットネスやウェルネスの施設にテクノロジーを導入する予定であると回答しています。また回答者の3分の2は、メンバー体験を向上させ、施設の生産性を高めるテクノロジーに注目しています。

多くの経営者は、現在次のような問いに直面しています。同じ施設で、より多くの、さまざまなニーズを持ったワークアウトターが集まるようになったとき、メンバー体験をどのように改善すればよいのでしょうか？これまで以上に、コアプロダクトをデジタルに変換することが重要です。

それは現場でのワークアウトと施設のコミュニティです。なぜなら、フィットネス施設が全てのメンバーのために機能するためには、施設の設備やインフラ全体が進化しなければならないからです。そうしてこそ、メンバーはより確実に個人のワークアウトの目標を達成し、真の上達を遂げることができるのです。

そのため、私たちは今日のワークアウトを永久に変える、完全にデジタル化されたフィットネスエコシステムというビジョンに向かって取り組み続けています。これまでの知識や個人のパフォーマンスレベルに関係なく、ビギナーからエキスパートまで、よりスマートで効率的なだけでなく、何よりも実際の人々にとって楽しいパーソナライズされたワークアウトに向かって前進しています。

今、EGYMエクスペリエンスの新時代が始まります。Smart Strengthの包括的なアップデートにより、より多くのメンバーがEGYMのスマート・ワークアウトの恩恵を受けられるようになりました。

Smart Strengthは、上級者のニーズに合わせて開発され、適切なユーザーガイダンス、モチベーション、柔軟性を備えたパーソナルなワークアウト体験を提供できるようになりました。

スマートなワークアウトで人々のために、ビギナーからエキスパートまで。これがEGYMエクスペリエンスです。

Philipp Roesch-Schlenderer

CEO EGYM



目次

EGYMによるデジタルトランスフォーメーション	8
EGYMエクスペリエンス	19
EGYMエコシステム	33
EGYM Innovations	35
Fitness Hub	51
Smart Strength	59
Smart Flex	89
Smart Cardio	105
EGYMトレーナーアプリ	113
EGYMメンバーアプリ	120
商品仕様	133
連携体組成計	135



EGYMによる デジタル トランスフォーメーション

人々のためのスマートワークアウト

メンバーは、自分のパフォーマンスやワークアウトの専門知識のレベルに関係なく、自分に合ったパーソナルなワークアウト、わずかな進歩も見えるワークアウト、効果的で、何よりも楽しいワークアウトを求めています。

同時にオペレーターは、他の施設やデジタル・フィットネス製品に打ち勝つために、メンバーの異なるニーズと期待を一致させるという課題に直面しています。マシンでNetflixを見るだけでは十分ではありません。

2010年の創業以来、私たちは施設をオペレーター、トレーナー、メンバー、すべての人のためになる場所にするを使命としてきました。そのために、私たちはあらゆるレベルのメンバーが、それぞれのニーズと目標に合わせたパーソナルワークアウトを体験できる技術を開発すると同時に、オペレーターがそうしたワークアウトを有益に実施できるようにすることを可能にしました。

私たちがこのような取り組みを行ったのは、私たちのテクノロジー・ソリューションでワークアウトを行う人だけではなく、その逆を行う必要があると考えたからです。施設の設備やインフラを進化させ、最終的に人々が真のワークアウトの進歩を達成できるようにする必要があります。

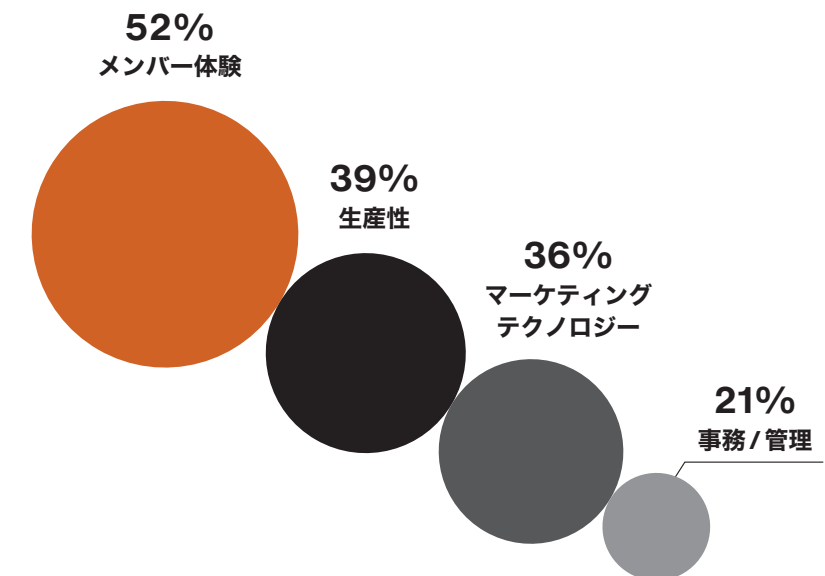
テクノロジー： 敵か味方か？

スマートハウスからスマートフォンまで、テクノロジーは私たちの生活のほぼすべての領域で、これまで以上にエキサイティングなユーザー体験を実現しています。同時に、スマートな自宅でのワークアウトは、人々のフィットネス体験に革命をもたらし、従来の施設と競合しています。

施設経営者はこの課題に直面し、デジタル的に自己改革を行う必要があります。むしろデジタル化のあらゆる可能性を利用して、施設でのワークアウトを変革することが重要なのです。結局のところ、メンバーはフィットネスや健康施設に、よりスマートなワークアウト体験を期待しているのです。彼らは、自分たちのニーズに合わせてパーソナライズされた体験を望んでいるのです。

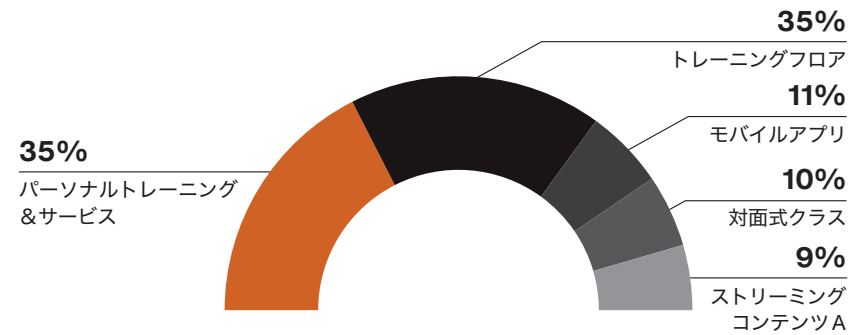
2022年までに全事業者の3分の2は、メンバー体験を向上させるためのテクノロジーへの投資に注力する予定です。しかし、多くの事業者がこの問題に直面しています。しかし多くの事業者は、「異なるニーズを持つ人々が同じ施設で出会った場合、どのように対応すればよいのか」という問題に直面しています。

どのような分野に優先的に技術投資をしていますか？



3分の2 (66%) はメンバー体験の向上、生産性の向上、またはその両方のためにテクノロジーへの投資に重点を置いています。

メンバーエクスペリエンスで最も重要なことは何ですか？



施設のオーナー、オペレーター、およびそのIT意思決定者の70%によると、メンバーエクスペリエンスで最も重要なのは、パーソナルトレーニングとサービス、またはトレーニングフロアのいずれかであるということです。

メンバーの成功があなたの成功

施設で様々なメンバーの要求を満たすためには、ワークアウトがそのメンバーに適合している必要があります。メンバーは、モチベーションや成功体験、楽しみがないため、遅かれ早かれトレーニングの目標達成に失敗し、あきらめてしまうことがよくあります。その結果、経営が成り立たなくなるのです。

EGYMで自分だけのワークアウトを

EGYMエコシステムは、スマートエクササイズ機器、デジタルアプリケーション、ソフトウェア、サービス、コネクテッドパートナー機器をオープンプラットフォーム内で組み合わせることにより、メンバーのニーズや経験レベルが異なる場合でも、メンバーに合わせたパーソナルなワークアウト体験とワークアウト成功のための最適条件を作り出すことを可能にします。

ワークアウトを続けられた人

+29%

3ヶ月で筋力アップを体感

スタッフの効率化

+48%

新規入会者
オリエンテーションの増加

ワークアウトエンゲージメント

+20%

クラブ参加率が向上

カスタマーロイヤリティ

+83%

EGYMユーザーの
退会率17%以下

EGYMで スマートなワークアウトを…



メンバーに合わせて完璧なワークアウトを

人はそれぞれ違います。これは、EGYMでワークアウトする際にも当てはまります。初めての方は、個人の目標、能力、努力を考慮したパーソナライズされたトレーニングプログラムを利用し、最初からEGYMカーブを使ったワークアウトを安全に行うことができます。

上級者にとっては、EGYMは最大限の自由と、従来のストレングスマシンでは得られなかったスマートな利点を提供されます。EGYMバーは、メンバーのモチベーションを高め、新たな目標を達成するために、自分なりの方法でトレーニングを行うことができます。



目に見えて成功すること

メンバーが目標を達成できずにトレーニングを諦めてしまうのは、その効果の中々または全く体感できないためです。そこでEGYMはBioAgeを使って僅かな改善も測定し、メンバーが鏡で成果を感じなくても、その進歩を目に見える形にしています。これにより、最初のワークアウトからモチベーションを高めることができます。



ワークアウトは場所を選ばない

今日、ワークアウトはどこでもできます。通勤途中、昼休み、夜のジムなど。そのため、EGYMはあなたの施設とメンバーの自宅や屋外でのワークアウトをつなぎます。また、アプリ、ウェアラブル、EGYM製品、接続されたパートナー機器などのスマートな接続により、施設内外のフィットネスジャーニー全体がマッピングされるのです。



メンバーに合わせてカスタマイズ あなたのためにパーソナライズ

私たちのオープン・プラットフォームでは、エコシステムのすべての製品を、メンバーと施設のコンセプトに合わせて、合理的な方法で組み合わせています。このようにして、貴社に最適なワークアウトとビジネス・コンセプトを開発することができます。



施設利用者は 何を求めているのか？

ひとつの施設でも異なる期待



ポールはどんなワークアウトでもいいというわけではなく、自分にぴったり合ったものを求めています。

“私のワークアウトは、私の個人的な目標と私のパフォーマンスレベルに適合している必要があります。その辺に転がっているダンベルでは物足りないのです。”



ジャスミンはより多くのサポートとアシスタンスを求めています。

“ほとんどの場合、自分がなぜエクササイズをしているのか、正しくできているのかさえわからない。”



クレアはモチベーションを欲しがっています。

“体調管理や定期的な運動は必要だと認識していますが、なかなか続かないんです。”



エヴァは結果を出したいと思っています。

“施設でのトレーニングは続けていましたが、数週間経っても結果が出ないので、結局毎回やめていました。”



ヘレンは、ワークアウトを楽しみたいのです。

“もともとスポーツは好きだけど、ジムと楽しいことは結びつかない。ジムでのトレーニングが楽しいと思えるなら、とっくに申し込んでいるはずだ。”



ジャズは自分の限界に挑戦したい。

“私は何年もほぼ毎日トレーニングをしています、もっと自分を追い込むために、いつも新しい挑戦を探しています。”

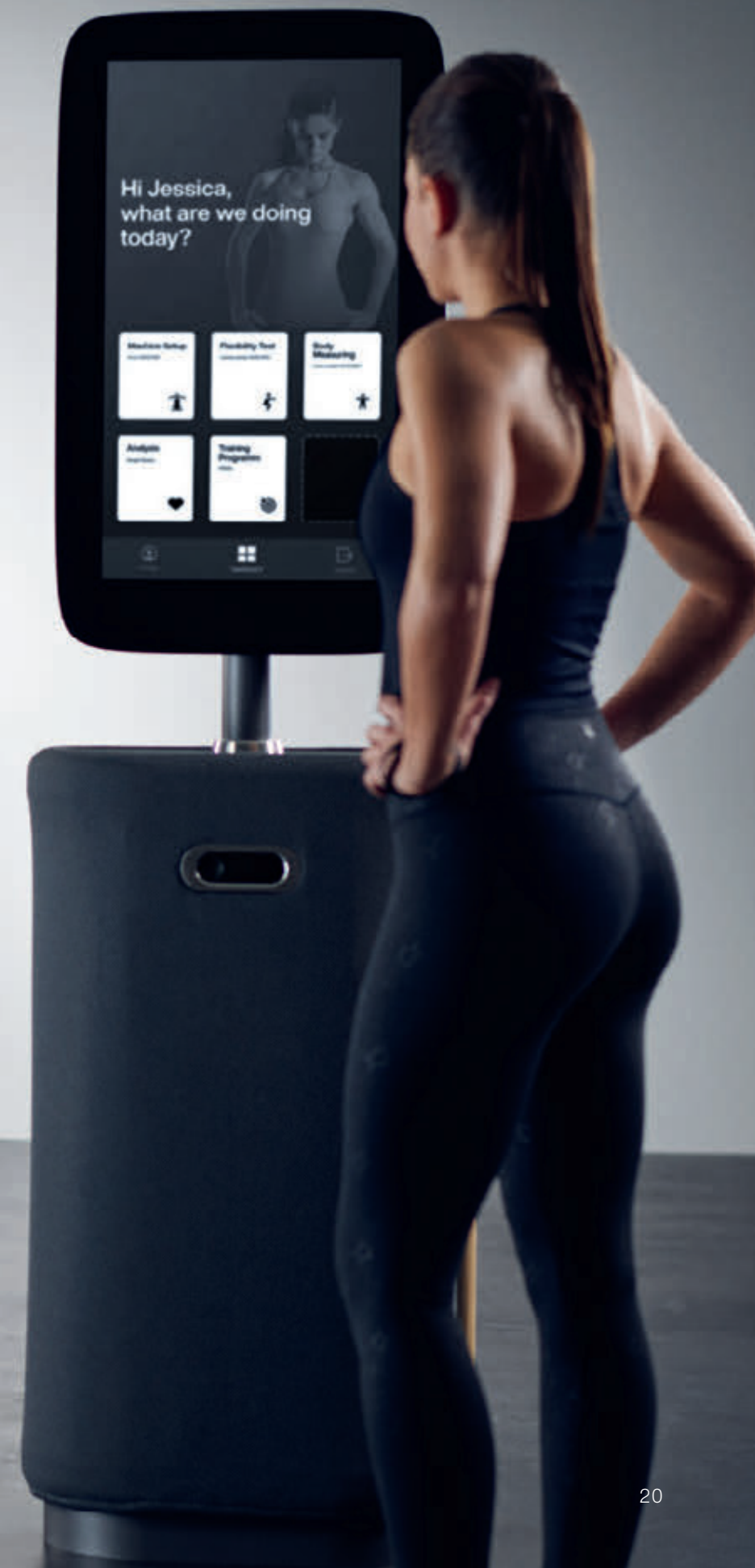
EGYM エクスペリエンス

スマートなワークアウトをあなたへ

テクノロジーは生活のあらゆる場面で、より良い、よりエキサイティングな体験を可能にしています。施設でも同じことが言えるのでしょうか？しかし、ほとんどのマシンはここ数十年変わっておらず、個人の好みや初心者・上級者を問わず、誰にでも同じ体験を提供することができます。

しかしその一方で、メンバーのニーズは千差万別です。初心者はサポートとユーザーガイダンスを必要とし、上級者は最大限の柔軟性と個性を求めています。さて、どの様にすれば、両者にとってパーソナライズされたワークアウトができるのでしょうか？

EGYM エクスペリエンスでは、一貫した高品質でパーソナルなワークアウト体験を提供し、メンバーのニーズに合わせて、常に進歩を示し、メンバーのモチベーションを維持することができます。



リアル パーソナライゼーション

よりスマートなワークアウトのために

ワークアウトの目標が違えば、必要なエクササイズも違います。インテリジェントなワークアウトモードとプログラムは、メンバーがそれぞれのフィットネス目標をより確実に達成できるようサポートします。



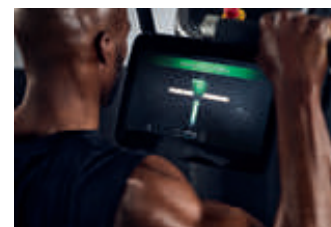
EGYM ID

マシンの自動セットアップやワークアウトデータの自動記録など、パーソナルなワークアウトを実現する上でのキーとなります。



ワークアウトモード

初心者や上級者向けの様々なワークアウトモードがあり、個人のパフォーマンスレベルやユーザーグループに合わせて、適切なガイダンス、モチベーション、自由度を提供します。



ライブフィードバック

体感レベルに合わせた2種類のユーザーインターフェースにより、最適なパフォーマンスや正しいエクササイズへの動機付けを行います。



トレーニングプラン

モードに応じて、重量、反復回数、ワークアウト時間などのワークアウトパラメーターが自動的に設定されるか、個別に保存してプリセットすることができます。



負荷メソッド

各エクササイズにおける革新的なウェイトプロファイルによる高度なトレーニングメソッドにより、より効率的で効果的なワークアウトを実現します。



トレーニングウェイト

定期的な最大筋力の測定に基づき、ワークアウト重量を自動計算します。

リアルガイドンス

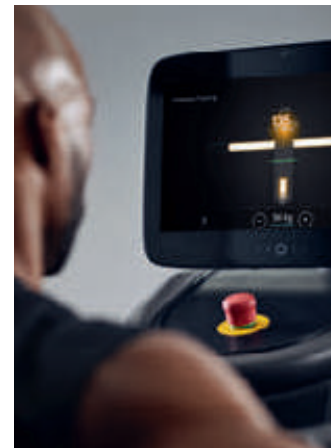
ライブフィードバック

Smart StrengthとSmart Cardioのスマートなライブフィードバックにより、メンバーは自分のワークアウト行動をリアルタイムで最適化し、モニターすることができます。初心者は正しいエクササイズの方法を学び、上級者はワークアウトをさらに最適化することができます。また、画面に表示される遊び心のあるビジュアライゼーションにより、EGYMは各ワークアウトの楽しさを増大させます。



EGYMカーブで正しいエクササイズを実行

EGYMカーブにより、初心者は各セッションで安全にワークアウトを行うことができます。EGYMカーブは、正しい可動域とスピードを表示し、更にカーブでポイントを集めるなど、ゲーミフィケーションの要素を取り入れることで、動きのコントロールを向上させ、正しくエクササイズを行うモチベーションを高めます。



EGYMバーがあれば、すべてのワークアウトが自己ベストになる

上級者向けには、効果的なエクササイズとモチベーションを高めるユーザーインターフェイスを組み合わせた、全く新しいワークアウト体験をSmart Strengthに搭載しました。ワークアウト中、過去のパフォーマンスが可視化され、過去の自分自身と競争することができます。また、モチベーションを高めるアニメーションやビジュアライゼーションにより、すべてのセットで自己ベストを更新することができます。ウェイトを正確に調整できるため、上達がより簡単になります。



Smart Flex

Smart Flex マシンのLEDは、光と振動の信号で理想的な負荷と休憩時間を提供し、狙った筋肉の正しい長さのトレーニングが可能です。



Smart Cardioのユーザーインターフェイス

Smart Cardioは、Smart Strengthマシン同様、直感的なユーザーインターフェイスで、メンバーやトレーナーのインスピレーションを刺激します。

リアルモチベーション

スマートな進捗のビジュアルイゼーションとリアルな競争

進歩はモチベーションを高め、長期的なワークアウトの成功の可能性を高めます。EGYMは、すべてのメンバーが僅かな改善も確認し、より良い結果を得るために努力できるように、次の3つのコア要素に焦点を当てています。



BioAge

筋力、柔軟性、心肺機能、メタボリズムからなる総合的なフィットネス・健康指標がワークアウトの進捗を表し、実年齢と個人のフィットネスレベルを比較することが可能です。



アクティビティポイントとレベル

メンバーが行った運動は記録され、アクティビティポイントやレベルとして表示されるため、それぞれの活動に応じた報酬を得ることができ、運動の習慣化に役立つ楽しいコンセプトになっています。



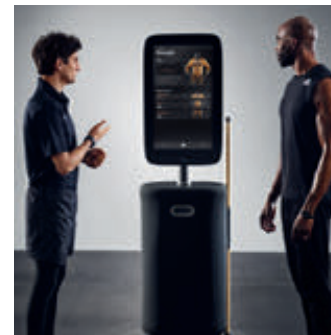
ランキングとチャレンジ

アクティビティポイントやワークアウトユニットに基づく時間制限のあるチャレンジや、施設内ランキングシステムにより、個人の向上心を刺激します。

リアルサクセス

複雑なテストや計測を根本的に簡素化

EGYMは定期的に進捗を自動計測しています。エクササイズ参加者やメンバーからの情報、EGYMワークアウトの自動パフォーマンステスト結果、そしてパートナーである体重計の測定結果によって、全てのワークアウトの進捗を正確かつ包括的に把握することができます。EGYMはBioAgeを使用し、測定データをメンバーに分かりやすく伝えています。身体的な健康の様々な側面が、シンプルな数値でまとめられます。



BioAge 筋力

筋力値は、ユーザーの体重と強さを関連付けます。Smart Strengthで定期的に行われる最大筋力の測定が、この測定の基礎となります。さらに、ストレングステストは、各マシンの最適な重量を計算し、達成されたワークアウトの成功に継続的に調整するために使用されます。



BioAge 心肺機能

有酸素運動値は、安静時の心拍数、血圧、VO2maxを組み合わせたもので、EGYM Smart Cardioのデータだけでなく、接続されたウェアラブルやトラッカーからも参照されます。有酸素運動値は、心血管能力、パフォーマンス、健康の概要になります。EGYM Smart Cardioを搭載したパートナー機器は、定期的なインターバル耐久テストにより、個人のカーディオプログラムを自動的に計算します。



BioAge 柔軟性

柔軟性の値は、年齢層と比較したユーザーの総合的な柔軟性に対応するものです。特定の筋肉群の柔軟性の詳細な概要が含まれ、不均衡があるかどうかを示されます。EGYM FitnessHubでは、Smart Flexで伸筋トレーニングの進捗を測定し、アンバランスな部分を特定、ターゲットを絞ったエクササイズで修正することができます。



BioAge メタボリズム

メタボリックの値は、体重、体脂肪、身長を関連付けることで、健康状態をさらに把握することができます。これは、BMI、体組成、ウエスト・ヒップ比によって算出されます。身体分析は、EGYM Fitness Hubと接続された体組成計を介して行われます。結果はEGYMクラウドに記録され、トレーナーやメンバーはEGYMアプリやEGYM Fitness Hubを介して確認することができます。

リアルファン

コミュニティ機能

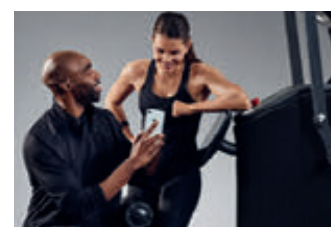
人は楽しみながら運動したいものです。そして、自分の目で望む結果を見ることができれば、さらに良いことです。EGYMは、メンバーがより効率的に目標を達成できるよう、様々な機能を提供しています。

リーダーボードや施設フィードなどのスマートなコミュニティ機能は、コミュニティ意識を高め、メンバーと施設の絆を深めることができます。



ランキング

毎月の活動量に応じたコンペティションでモチベーションを高め、施設のコミュニティ形成を促進します。



施設フィード

メンバーは他のメンバーのワークアウト活動を見ることができ、拍手や賞賛をすることができます。



ゲーミフィケーション

メンバーは、ゲーム感覚でワークアウトを行うことができ、視覚的、通知、ポイントの収集や新しいハイスコアの達成によって、常にモチベーションを維持することができます。

リアルチャレンジ

上級者・熟練者の期待に応えた「パーソナル・モード」

エキスパートたちは、毎回自己ベストを更新するために、この全く新しいワークアウトを開発しました。パーソナルモードでは、経験豊富なメンバーが自分の好きなトレーニングを自由に行えるだけでなく、従来のウェイトトレーニングよりも効果的なトレーニングメソッドなど、Smart Strength マシンのすべての利点を享受することができます。

パーソナル・モードは、Smart Strength のオープンモードでのみ利用可能です。



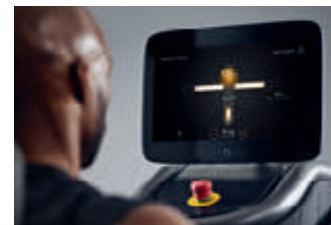
パーソナルモード

経験豊富なメンバーが認める従来のストレングスマシンの自由さに加え、他のマシンにはないSmart Strength マシンの利点をすべて備えています。



ライブフィードバック: EGYM バー

ライブフィードバックは、パーソナルモードでのみ利用可能です。上級者のニーズに応える機能で、前回のトレーニングの状態を今回のトレーニングに重ねて表示し、前回のパフォーマンスを超えるようなモチベーションを与えてくれます。



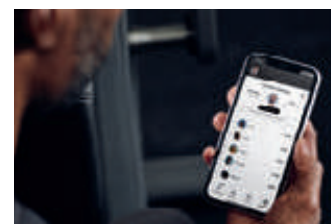
アダプティブ等の革新的なトレーニングメソッド

スマートな負荷のかけ方とスポーツ科学の知見を組み合わせた先進のトレーニングメソッドにより、従来のトレーニングより早く効果を得ることができます。



BioAge 筋力

メンバーの体重と筋力を関連付ける事ができます。Smart Strength で実施した筋力テストに基づき、直感的に上達度がわかるようになりました。



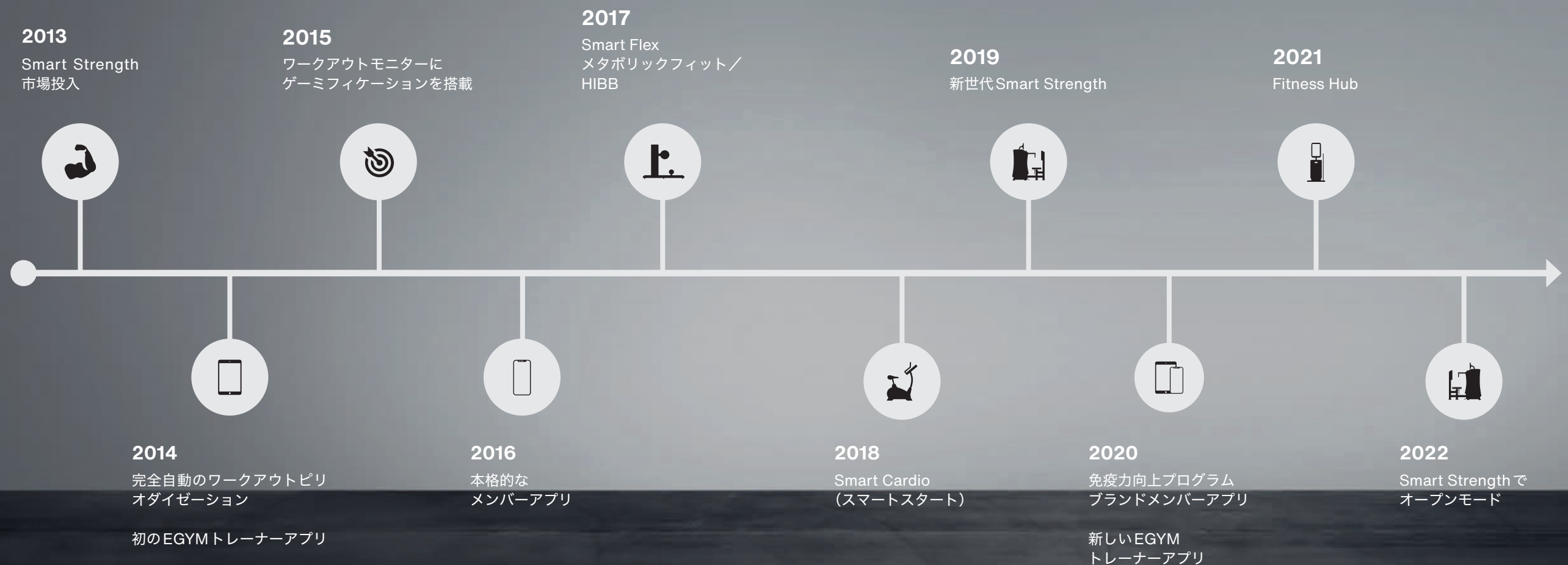
チャレンジ

アクティビティポイントやチェックイン、その他のワークアウトの目標に基づいたチャレンジにより、他のメンバーと競い合いモチベーションを高めることができます。

EGYM エコシステム



EGYM Innovations



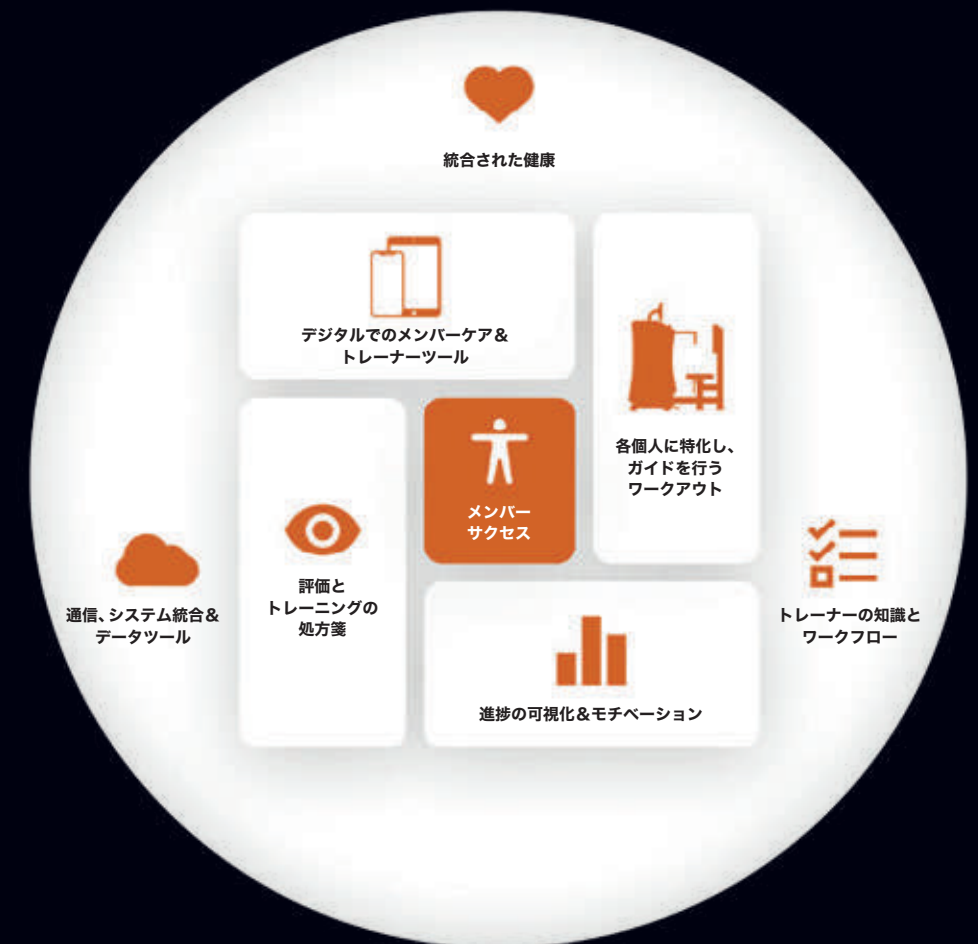
ひとつの プラットフォーム あなたの体験

EGYMエコシステムは、
スマートなワークアウト体験の
ためのオープンプラットフォームです。

EGYMエコシステムは、あなたのEGYMエクスペリエンスの基礎となるものです。スマートなワークアウトマシン、デジタルアプリ、ソフトウェア、サービス、そして100社以上のパートナー企業の製品をオープンプラットフォーム上で統合しています。

私たちのプラットフォームは、フィットネスジャーニーをトレーニング施設内外を問わずに構築します。初心者から上級者まで幅広いニーズを持つメンバーのモチベーションを高め、更にワークアウトを成功させる最適な条件を提供します。

あなたの施設とビジネスコンセプトに基づき、全てのメンバーにパーソナライズされたワークアウト体験を開発し、収益性の高い方法で実施します。



目に見える進歩

EGYM BioAge

EGYM BioAge は、身体的な変化が顕著になる前にトレーニングの成果を視覚化します。フィットネスジャーニー全体における進捗を楽しくシンプルに見せるのです。進捗状況を可視化することで、メンバーのモチベーションを向上させることができます。

- EGYM Smart Strength、Smart Cardio、Fitness Hubでの柔軟性テスト、体組成など、実際の測定データに基づいた具体的なインサイトで、メンバーケアをサポートします。
- メンバーが満足することで、施設の紹介率が確実に上がります。
- EGYM BioAge は、トレーナーがEGYMトレーナーアプリで見ること、施設の外にいるメンバーがEGYMメンバーアプリで見ること、または施設内でFitness Hubのワークアウト画面で見ることができます。
この可視化により、メンバーは長期的にモチベーションを高めることができます。

全ての測定値は、Smart Strength、Fitness Hub、Smart Cardio、または主要メーカーの体組成計の測定値によって自動的に同期されます。

また、EGYMトレーナーアプリやメンバーアプリからも、手動で測定値を追加することもできます。

EGYM BioAge			
筋力 上半身 胴体 下半身	柔軟性 柔軟性テスト	心肺機能 平常時心拍数 血圧 VO2Max	メタボリズム BMI 体組成 WHR

詳細をお求めの方へ

Fitness Hub、トレーナーアプリ、メンバーアプリでBioAgeと測定値の履歴を長期間にわたって追跡すると、より正確な洞察を得ることができます。



スマートワークアウト

EGYM ワークアウト

EGYM ワークアウトは Smart Strength, Smart Flex、そして EGYM システムと互換性のあるカーディオマシンをメンバーに提供します。メンバーのレベルに合わせたパーソナライズされたワークアウト体験でメンバーを喜ばせましょう。適切なユーザーガイダンス、モチベーション、柔軟性を備えています。

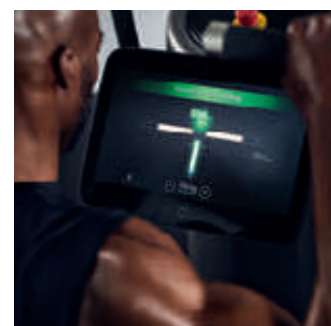
EGYM Fitness Hub でシンプルなオンボーディング、EGYM Smart Strength による筋力トレーニング、EGYM Smart Flex による筋長トレーニング、そして EGYM Smart Cardio による有酸素運動で、メンバーの運動目標達成をサポートします。



EGYM Fitness Hub

EGYM Fitness Hub は、フィットネスフロアをつなぐ中心的な存在です。

Fitness Hub は、直感的な測定とわかりやすい進捗状況の可視化でトレーナーをサポートし、メンバーのモチベーションを維持するお手伝いをします。直感的なオンボーディング、最適なメンバーサポート、モチベーションの持続 - 全てはあなたのワークアウトフロアで実現します。



EGYM Smart Strength のオープンモード

EGYM Smart Strength は、オープンモードの登場により、全てのメンバーにパーソナライズされたワークアウト体験をお届けすることが出来るようになりました。

EGYM ID を持たないメンバーも、リストバンドやカードなしで、従来のマシンと同じようにゲストモードでワークアウトを行います。つまり EGYM Smart Strength は、従来のストレングス機器と同様に、フィットネスフロア全体で使用できるようになったのです。



EGYM Smart Flex

EGYM Smart Flex は、メンバーにスマートなモビリティと柔軟性のワークアウト体験を提供します。EGYM Smart Flex は、各メンバーに合わせて自動的に調整され、光と振動で理想的な負荷と休憩時間を提供し、個々の筋肉長に合わせた正しいトレーニングを提供します。



EGYM Smart Cardio

EGYM Smart Cardio は、カーディオマシン上の簡単な操作で有酸素運動が行うことが出来、同時に心肺機能値も取得して、EGYM クラウドに保存することが出来ます。

スマートツール

EGYM デジタル

EGYM デジタルは、施設の枠を超えて全てのワークアウトの成功を結びつけ、完全に統合されたワークアウト体験を可能にします。EGYMは、EGYMトレーナーアプリや独自の施設アプリなど、さまざまなデジタルソリューションを提供するとともに、メンバーが施設の外で使用するアプリやウェアラブルとのインターフェースも提供しています。

これは、私たちの日常生活があらゆる面でデジタルツールに支えられている時代において特に重要であり、メンバーもトレーナーも施設に同じことを期待しています。

メンバーは、全てのワークアウト・アクティビティと結果を一箇所で追跡・評価でき、個人に合わせたワークアウトの推奨と結果を自動的に受け取り、分析・評価できることを望んでいます。一方、トレーナーは、顧客により良いサービスを提供し、サービスをより効率的に販売することを可能にする最新のツールを期待しています。



EGYM ブランドのメンバーアプリ

あなたの施設、あなたのブランド、あなたのデザイン、カスタマイズされたEGYM メンバーアプリは、あなたのブランドを輝かせ、自動化されたデジタルプロセスにより、メンバーを真のファンにすることができます。



EGYMトレーナーアプリ

ネットワーク化、直感的、サポート、EGYMトレーナーアプリを使えば、メンバーのワークアウトをより簡単に管理することができます。トレーナーは、メンバーのサポートにより一層フォーカスすることができます。



モバイルパック

EGYMモバイルパックには、メンバーのご要望や施設のニーズに合わせて、EGYMアプリの様々な組み合わせが含まれています。



プロフェッショナルなサービス

カスタマイズされたモバイルアプリのソリューションが必要なお客様には、EGYMプロフェッショナルサービスチームが承ります。デジタルビジネスの課題を分析し、カスタマイズ機能の開発など、さらにパーソナライズされたアプリソリューションで、施設のブランドを強化するお手伝いをします。

スマートなネットワークで、 真の統合ワークアウト体験を

EGYM クラウド

EGYM クラウドは、全てのワークアウトアクティビティを記録・保存する、EGYM エコシステムのプラットフォームです。EGYM 製品やパートナーマシンから、メンバーのアプリやウェアラブルまで、全ての人が真につながったワークアウト体験が可能になります。

トレーナーは包括的なデータによってコーチングがサポートされるので、作業をより効率的にすることができます。

EGYM クラウドはオープンなプラットフォームなので、すべてのフィットネスマシンメーカーやソフトウェアプロバイダーとシステム連携することができます。既に全世界で120社以上のパートナーと接続しています。



メンバー管理システム

施設管理ソフトウェアとのインターフェースなどを介して、すべてのメンバープロフィールをEGYM トレーナーアプリ上に自動作成。



ストレングス機器

メンバーは、接続されたすべてのパートナーストレングス機器のRFIDを介してEGYM IDでログインでき、すべてのワークアウトはEGYM クラウドとEGYM アプリに記録されます。



カーディオ機器

メンバーは、ネットワークに接続された全てのパートナー機器で、RFIDを介してEGYM IDでログインすることができます。これにより、全てのワークアウト情報がEGYM クラウドとEGYM アプリに記録されます。

また、Smart Cardio 対応機器は、パフォーマンステスト、ワークアウト目標、ゲーミフィケーションなど、メンバーにユーモア溢れるEGYM エクスペリエンスを提供します。



体組成

対応するパートナー機器の身体分析結果はEGYM クラウドに記録され、EGYM AppsやEGYM Fitness Hubからトレーナーやメンバーが簡単に確認することが可能です。



アプリとウェアラブル

メンバーのワークアウトデータはすべて記録され、施設でも外出先でも、トレーニングプランに組み込まれます。

施設の成功のための スマートなサービス

EGYM ビジネス

新規メンバーの獲得、フロアプランニング、資金調達など、施設の企画・運営・マーケティング・管理を最適化し、さらに新規顧客層の獲得・維持のための総合的なサービスを提供します。



マーケティングサービス

EGYM マーケティングポータルでは、見込み客をメンバーに、メンバーをファンにするための完全ライセンス制のマーケティング資料を入手することができます。



ファイナンスサービス

施設の未来への賢い投資のために、魅力的なリースとファイナンスのオファーをご覧ください。



カスタマーサクセス

施設設立時の戦略会議から、具体的な EGYM エクスペリエンスの実行まで、各施設の要望にあったソリューションを提供するサービスです。

EGYM は世界中の 施設運営者の為の リーディング・ プラットフォーム



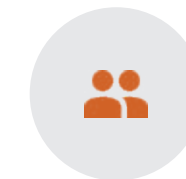
>2,000

の施設で EGYM Smart Strength と Smart Flex を利用しています。



>9,000

の施設が、ブランドメンバーアプリと EGYM トレーナーアプリを使用しています。



> 1,630 万人

の方々に EGYM をご利用いただいています。

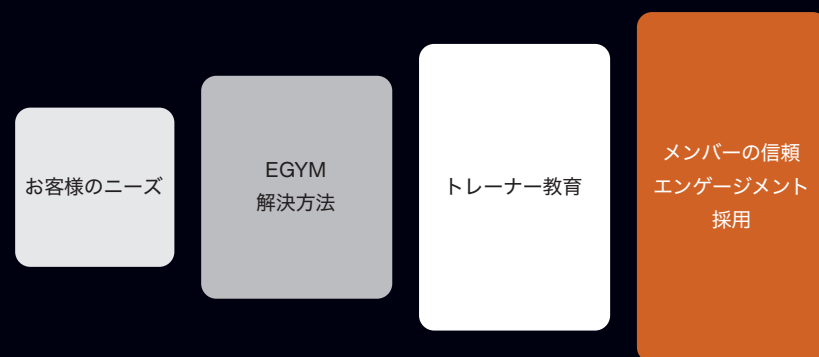
パーソナライズされた施設

経営者の為のスマートなソリューション

EGYMソリューションがお客様の望む結果をもたらし、施設の収益性を向上させるために、私たちはお客様とスタッフがメンバーに最高のワークアウト体験を提供できるようサポートします。

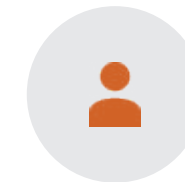
フィットネスや健康施設に最適なソリューションを見つけるために、私たちのコンセプト・コンサルタントが、最初の戦略会議において、お客様の個人的な目標や最も重要な主要業績評価指標についてお手伝いします。

そして、お客様のニーズにぴったりと合うように、個々のソリューションをカスタマイズします。これにより、EGYMのすべてのソリューションは、常にお客様の施設と個々の要件に合わせたものとなります。



戦略会議

チームの目標とトレーナーのロードマップを明確にする



オンザジョブトレーニング (OJT)

施設のチームのための基礎トレーニング



マスタークラス

お客様とトレーナーの皆様が、EGYMについてエンドユーザー向けのプレゼンテーションを実施

Fitness Hub



EGYM エコシステムの オンボーディング

EGYM Fitness Hub

EGYM Fitness Hubはタッチレス・オンボードで、直感的な身体分析と柔軟性テスト、そしてBioAgeによるワークアウト成果の視覚化など、お客様のニーズに1台で対応します。

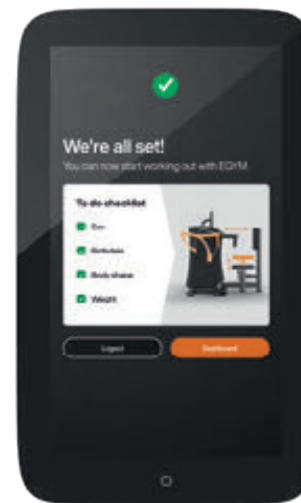
- EGYM全機種の自動設定による効率的な非接触型オンボーディング
- 柔軟性の初期測定
- セルフサービスによるスマートなテストと測定
- BioAgeによる分かりやすい進捗状況の可視化
- 主要メーカーの体組成計と連携
- EGYMエコシステムとのシームレスな統合





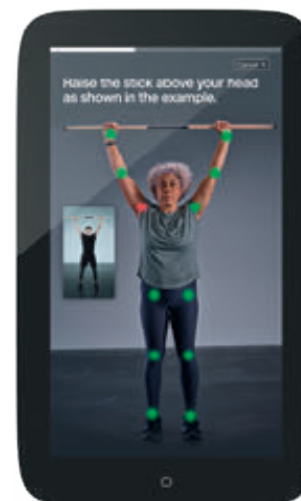
総合的な身体分析

Fitness Hubは、主要メーカーの体組成計と連携しています。施設での体組成分析の導入が容易になり、メンバーへのパフォーマンス伝達も簡素化されます。



効率的で非接触型のオンボーディング

Fitness Hubは体全体をスキャンし、取得したデータを基に、EGYM Smart StrengthやSmart Flexでのトレーニングの際に、シートポジションやトレーニングメニューを自動設定します。Fitness Hubの使用は、メンバーのみでも可能です。



柔軟性テスト

直感的なユーザーガイダンスと不正確な動作の検出により、メンバーはトレーナーなしで筋長トレーニングの進捗を測定することができます。結果は自動的にEGYM BioAgeに反映されます。



進捗の可視化

Fitness Hubでは、ワークアウトの進捗の可視化がモチベーションの向上に繋がるので、わずかな進捗もシンプルでわかりやすいUIで表示します。トレーニングの成果を体感できなくても数値で見ることにより、メンバーのモチベーションを維持することができます。



主要なメーカーの 体組成計と連携

Fitness Hubは、下記の主要体組成計メーカーの商品と連携しています。これにより、施設での身体分析が容易になり、メンバーのパフォーマンスチェックも簡素化されます。測定値のデジタル化と可視化により、継続的に進歩を示すことで、メンバーのモチベーションを維持します。EGYM BioAgeは、体組成計からの測定データを結合し、Smart Strengthマシンのストレングステストなど、他のデータと関連性を持たせることができます。これにより、メンバーとトレーナーは現在のフィットネスレベルをわかりやすい指標を基に把握することができます。

また必要に応じて、トレーナーや上級者は過去の成功例や測定値をより深く掘り下げることも可能です。

InBody
See what you're made of

TANITA
Healthy Habits for Happiness

seca
Precision for health

Smart Strength





初心者から上級者まで スマートなワークアウト

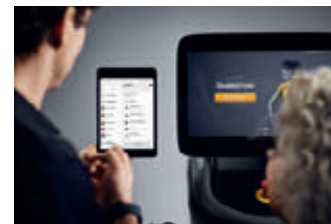
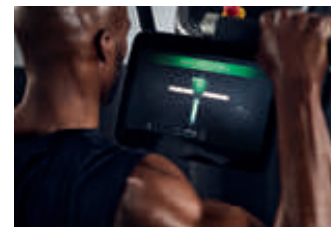
EGYM Smart Strength

EGYM Smart Strengthでは、初級者から上級者まで幅広いメンバーのニーズにお応えできる機能を搭載しています。初級者向けには、目的に応じてプログラム化されたユニークなメニュー、上級者向けには負荷や回数、可動域等を自由に調整できるようになっています。



Smart Strengthが 筋力トレーニングを パーソナライズ

EGYM Smart Strengthを使えば、メンバーのワークアウトを個々のニーズに合わせ、経験値の異なるユーザーでも、パーソナライズされたワークアウト体験をすべて同じ流れで実現します。



EGYM ID

マシンの自動セットアップ、すべてのワークアウトデータの自動トラッキングを可能にし、メンバーにパーソナライズされたワークアウト体験を提供するキーとなります。EGYM IDは、従来のストレングスマシンの機能をを超えて、Smart Strengthマシンの全ての利点を収益化することができます。

ワークアウト・モード

初心者から上級者まで、様々なワークアウトモードが、個人のパフォーマンスレベルや様々なユーザーグループに合わせて、適切なガイダンス、モチベーション、柔軟性を提供します。

ライブフィードバック

EGYMバーとEGYMカーブの2種類のユーザーインターフェースは、経験レベルに応じて最適なパフォーマンス (EGYMバー) と正しいエクササイズ (EGYMカーブ) を提供し、メンバーのモチベーションを高めます。

トレーニングプラン

モードに応じて、重量、反復回数、ワークアウト時間などのパラメーターを自動設定にするか、または個別に設定することが可能です。

トレーニングメソッド

各レップにおける革新的なウェイトプロファイルによる高度なワークアウトメソッドは、従来のウェイトを使用した場合よりも効率的で効果的なワークアウトを提供します。

トレーニングウェイト

定期的な最大筋力の測定に基づき、トレーニングウェイトを自動計算します。

負荷メソッドの概要

レギュラー

一般筋力トレーニングのように、
一定の抵抗で行う



初心者向け (EGYMカーブ)



上級者向け (EGYMバー)

ネガティブ

エキセントリック負荷が
コンセントリックよりも大きい(筋肥大)



初心者向け (EGYMカーブ)



上級者向け (EGYMバー)

アダプティブ

トレーニング中に発揮筋力の減少に応じて負荷を調整し、
筋肉を限界まで追い込む(最大筋力)



初心者向け (EGYMカーブ)



上級者向け (EGYMバー)

アイソキネティック

あらゆる関節角度において等速性運動を可能にする
筋力トレーニング(リハビリ)



初心者向け (EGYMカーブ)



上級者向け (EGYMバー)

エキスプロニック

一定重量を最大まで加速させる
EGYM独自のプログラム(パワー改善)



初心者向け (EGYMカーブ)



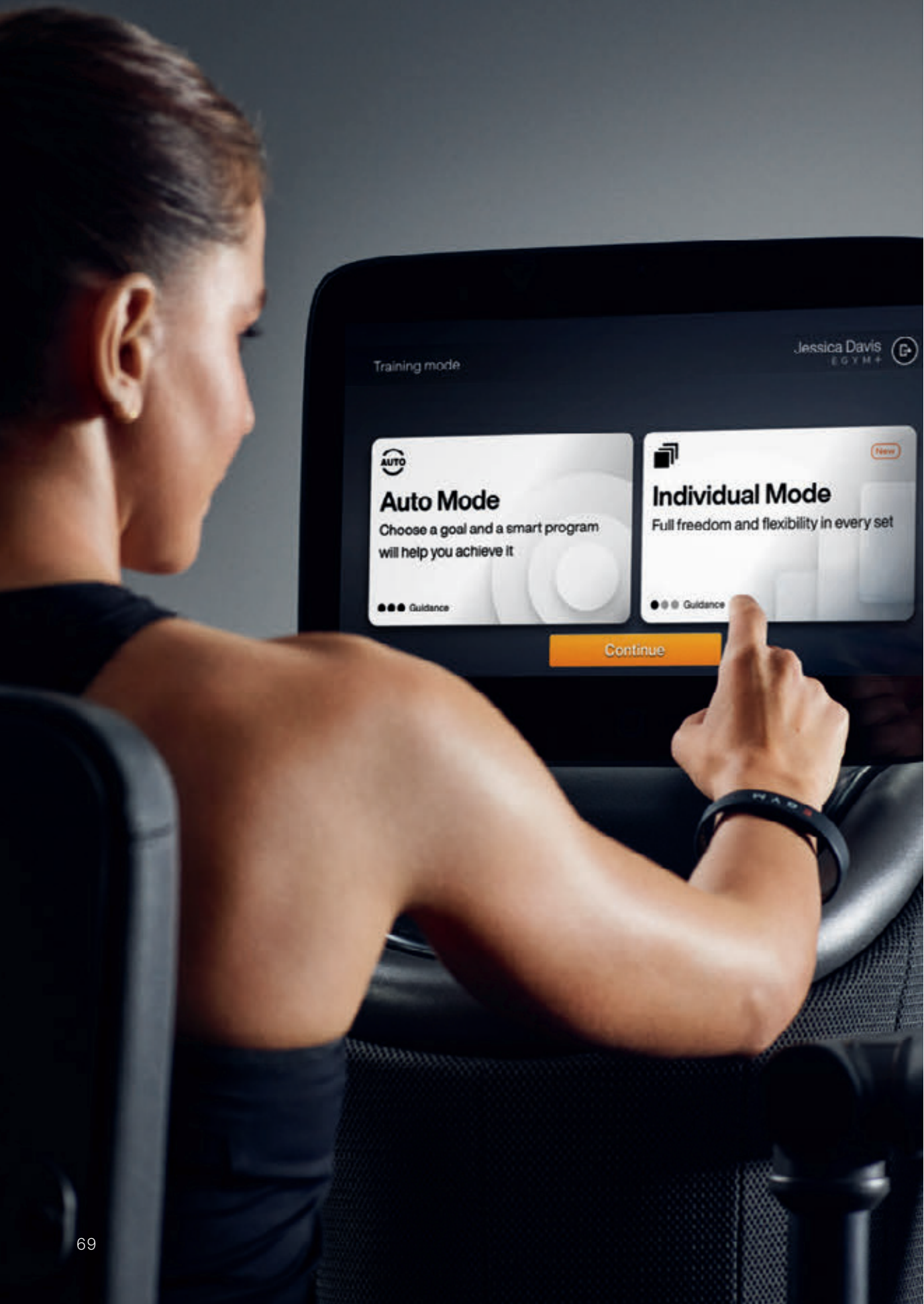
上級者向け (EGYMバー)

パーソナルモード

エキスパート向け、最大限の自由度、最大限の効果

Smart Strengthは、経験豊富なメンバーが喜ぶ、従来のストレングスマシンの自由度を全て備えています。さらに、上級メンバーが求める、他のマシンにはないSmart Strengthマシンの長所を全て備えています。





パーソナルモード

エキスパート向けには、より効果的なワークアウトとモチベーションを高めるユーザーインターフェイスを組み合わせた、まったく新しいワークアウト体験を開発しました。前回のトレーニングのパフォーマンスと現在のセットで使用した総重量が重ねて表示され、エクササイズをする人のモチベーションを高めてくれます。これにより上級者でも着実に上達することができます。

従来のウェイトトレーニングでは不可能だった、より速く強くなるための高度なトレーニングメソッドも用意されています。スポーツ科学に基づいたスマートなウェイトと、正確なウェイト調整により、上達を継続させることができます。

更にパーソナルモードでは、EGYMエコシステムのインテリジェントなモチベーション機能を初めて利用することができます。Smart Strengthでトレーニングすると、すべてのワークアウト結果とストレングステストが自動的に保存されるため施設内外でも進捗を確認することができます。つまり施設でFitness Hubを通じて直接確認することも、外出先からメンバーアプリで確認することも可能です。

上級者メンバーは、他のアプリやウェアラブルのデータを含むすべてのワークアウトデータを一箇所で確認し、モチベーションを永続的に維持することができるのです。



あなたの限界を 押し上げる

上級者のための新しいライブフィードバック

EGYMバーは、エキスパートのニーズに合わせて作られた、全く新しいライブフィードバックです。予め設定された可動域やテンションの持続時間ではなく、パラメータを自由自在に調整してエクササイズを行うことができます。

また、ライブフィードバック機能により、前回の運動量と今回の運動量を比較することができ、より高いパフォーマンスを発揮することができます。インタラクティブなアニメーションとメッセージは、メンバーにさらなるプレッシャーをかけます。このようにして、すべてのセットが自己ベストになるのです。EGYMバーを利用して、ワークアウトメソッドの重量変化を視覚化することができます。

ワークアウトを 思い通りに

スマート・ワークアウト・ルーティーン

プログラムモードとは対照的に、パーソナルモードでは、メンバーが自由にワークアウトを調整することができます。リピート回数、重量、トレーニングメソッドなどを簡単に調整でき、セットごとに保存されます。ピラミッド型トレーニングやドロップセットなど、高度なトレーニングも自動で保存され、次回のワークアウトに反映されます。



プログラムモード

初心者のためのパーフェクトスタート

Smart Strength は、初心者の方でも、1セット、1回の反復練習を最大限にサポートします。目標を設定し、ワークアウトを開始します。プログラムモードでは、「免疫力向上」「筋持久力」などのプログラムを選択するだけで、トレーニングメソッドの期間も自動的に設定され、多彩で効果的なワークアウト刺激を提供することができます。

スマートなライブフィードバックにより、エクササイズを正しく行うことができます。EGYM カーブは、初心者が遊び心を持ってワークアウトを行えるようガイドします。これにより、筋力トレーニングの導入が簡単、安全、かつ理解しやすくなります。

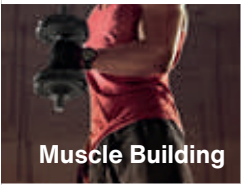
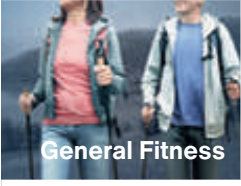
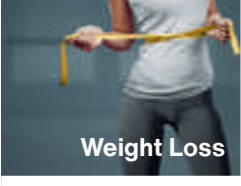


プログラムモード

パーソナルゴールに必要なもの パーソナルなワークアウト

EGYM Smart Strength マシンのトレーニングプログラムは、メンバーの個人的なトレーニング目標に適応させます。最初のトレーニングから最も効果的な方法でトレーニングを行うことができます。

トレーニングプログラムは、セッションごとに重量、反復回数、トレーニングメソッドを自動的に調整し、定期的にストレングステストを行うことで、常に最適なトレーニング重量を確保します。

	アスリート スピード、筋力、回復力を高めるトレーニング	・ 頑強性 - ネガティブ 12 回 ・ パワー - エクスプロニック 2x6 回 ・ 筋肥大 - アイソキネティック 3x5 回 ・ パワー - エクスプロニック 2x6 回
	Muscle Building 筋肉を最大限に成長させるために、低速で高強度の筋力トレーニングを行う	・ 頑強性 - ネガティブ 12 回 ・ 筋肥大 - アダプティブ 10 回 ・ 筋力 - アイソキネティック 2x8 回 ・ 筋肥大 - アダプティブ 10 回
	ジェネラルフィットネス 体力と活力を維持するための様々なワークアウト	・ 耐久性 - レギュラー 22 回 ・ 筋肥大 - アダプティブ 18 回 ・ 頑強性 - ネガティブ 14 回 ・ 筋力 - エクスプロニック 2x6 回
	Weight Loss 心拍数を常に上げ、運動時間を長くした高強度のストレングス・ワークアウト	・ 耐久性 - レギュラー 30 回 ・ 脂肪燃焼 - アイソキネティック 21 回 ・ 筋肥大 - アダプティブ 15 回 ・ 脂肪燃焼 - アイソキネティック 21 回
	Body Toning 筋持久力と筋肥大のトレーニングで、体の引き締めと体型の明確化を図る	・ ボディトーン - ネガティブ 30 回 ・ 脂肪燃焼 - アイソキネティック 23 回 ・ 筋肥大 - アダプティブ 12 回 ・ 脂肪燃焼 - アイソキネティック 23 回
	Reha Fit 身体の不調やケガをした時の優しいリハビリトレーニング	・ メタボ - アイソキネティック 15 回 ・ 活性化 - アイソキネティック 15 回 ・ 筋力強化 - ネガティブ 20 回 ・ フル機能 - レギュラー 20 回
	Metabolic Fit 2 型糖尿病患者のために特別に設計された、血糖値を調整するための筋持久力トレーニング	・ 活性化 - ネガティブ 20 回 ・ メタボ - レギュラー 22 回 ・ 脂肪燃焼 - ネガティブ 25 回 ・ 筋肥大 - レギュラー 2x10 回
	Immunity Boost 負荷強度と進行度をコントロールしたエクササイズで、免疫防御力を高める	・ 初回 - レギュラー 3x5 回 ・ ボリュームアップ - レギュラー 3x5 回 ・ 集中強化 - ネガティブ 2x8 回 ・ ピーク - ネガティブ 2x9 回



正しく安全な エクササイズの実施

EGYM カーブでスマートなユーザーガイダンスを実現

EGYMカーブは、初心者がエクササイズを正しく行える様ガイドします。カーブのプレビューは、最適な可動域とテンション下での時間を定義し、メンバーが正しい動きをするのを助け、各反復の間にライブフィードバックを提供します。また、カーブに沿ってコインを集めるなど、ゲーミフィケーションを取り入れることで、激しい運動中もユーザーのモチベーションを維持することができます。これにより、初心者のユーザーグループは、自信と自尊心を得ることができます。

自動周期化

トレーニングメソッド、負荷、反復回数、トレーニング時間などのワークアウトパラメーターは、それぞれのユーザーに合わせて自動的に調整されます。プログラムによっては、異なるメソッドが自動的に組み合わせられ、順番に適用されます。

筋力テスト

定期的な最大筋力の測定により、最適なワークアウト重量が毎回自動的に計算され、達成したワークアウトの成果に合わせて継続的に調整されます。その結果、新しい成長刺激が何度も設定され、ワークアウトの停滞を防ぎます。

商品詳細



2つのマシンモード

フィットネスフロア全体に 対応する「オープンモード」

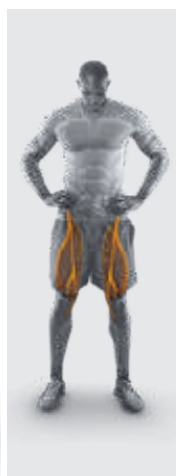
オープンモードは、Smart Strengthの全く新しい使い方を提供します。Smart Strengthは、もはや施設内の特定のエリアに限定されことなく、ワークアウト・スペース全体で使うことができ、従来のストレンクス機器の代わりとなります。

そのために、Smart Strengthは同じマシンでもメンバーによって異なるワークアウト体験ができるように調整します。これにより、全員が同じ体験をするのではなく、常に新しく個性的なワークアウト体験を生み出すことができます。

サーキットモードとは異なり、各機器が独立して動作するので、スプリットセットも可能になります。

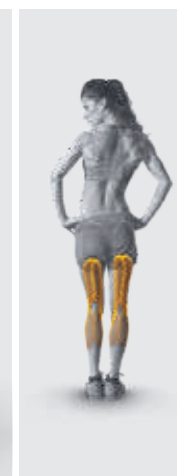
スマートな強さを完璧に シンクロ「サーキットモード」

Smart Strengthは、これまで通り、初心者向けのワークアウトをガイドするサーキットモードで使うことができます。同期された機器により、すべてのワークアウトが迅速かつ効果的に行われるので、利用率が最適化されるだけでなく、ピーク時の施設のキャパシティ能力を最大限に引き出すことができます。Smart Strengthマシンのサーキットモードでは、プログラムモードのみ利用可能です。



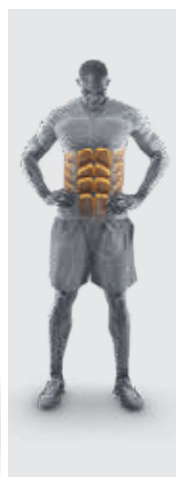
**EGYM M1
レッグエクステンション**

対象部位：
大腿四頭筋



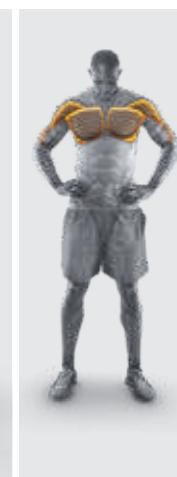
**EGYM M4
レッグカール**

対象部位：
ハムストリングス



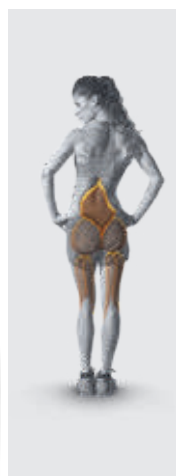
**EGYM M2
アブドミナルクランチ**

対象部位：
腹直筋、外腹斜筋、内腹斜筋、
腹横筋



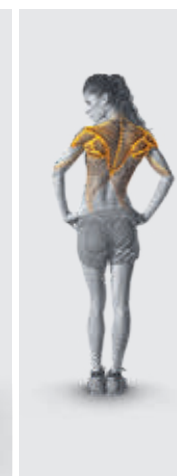
**EGYM M5
チェストプレス**

対象部位：
大胸筋、上腕三頭筋、
上腕三頭筋、前三角筋、
三角筋



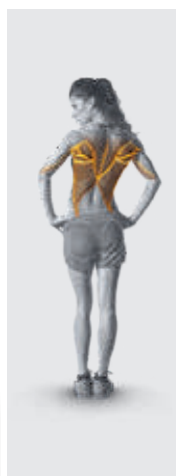
**EGYM M3
バックエクステンション**

対象部位：
脊柱起立筋、大臀筋、
ハムストリングス

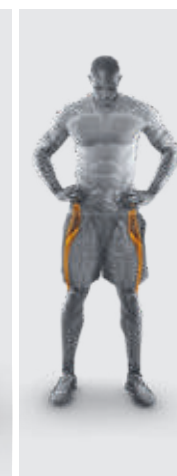


**EGYM M6
シーテッドロー**

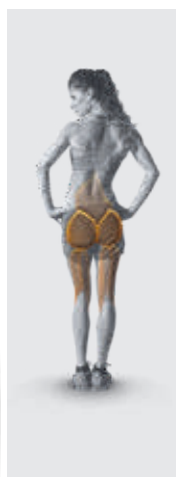
対象部位：
広背筋、僧帽筋中部、
菱形筋、三角筋後部



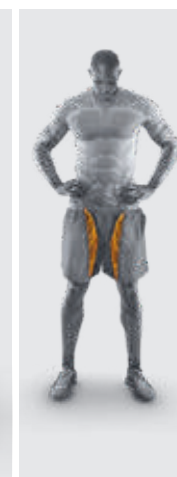
EGYM M7
ラットプルダウン
対象部位：
 広背筋、僧帽筋下部、菱形筋、
 三角筋後部、大腿三頭筋



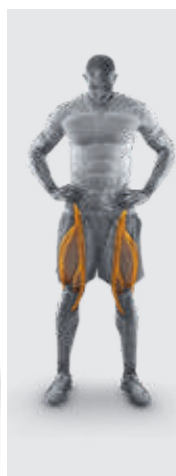
EGYM M10
アブダクター
対象部位：
 中臀筋、小臀筋



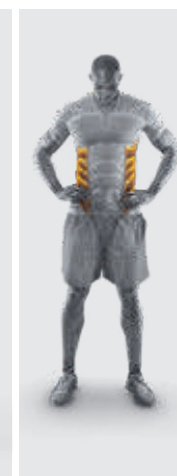
EGYM M8
グルート
対象部位：
 大臀筋、ハムストリングス



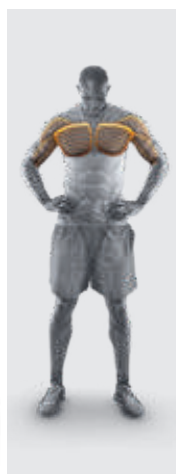
EGYM M11
アダクター
対象部位：
 大腿部内側コンパートメント



EGYM M9
レッグプレス
対象部位：
 大腿四頭筋、
 ハムストリングス、大臀筋、
 腓腹筋、ソレウス筋

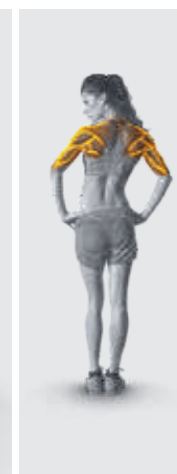


EGYM M12
ロータリートルソー
対象部位：
 内腹斜筋、外腹斜筋



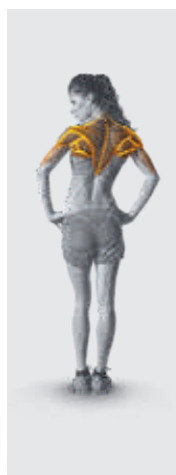
**EGYM M13
バタフライ**

対象部位：
大胸筋、小胸筋、三角筋



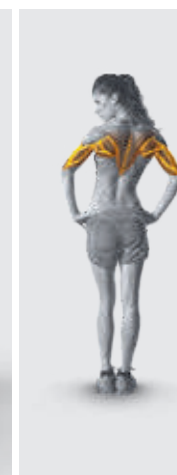
**EGYM M17
ショルダープレス**

対象部位：
外側三角筋、上腕三頭筋、
上側僧帽筋



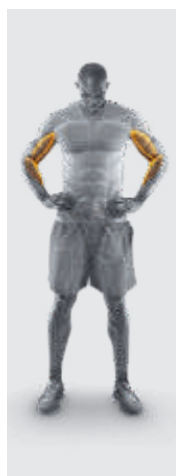
**EGYM M14
バタフライリバース**

対象部位：
僧帽筋中部、菱形筋



**EGYM M18
トライセプスプレス**

対象部位：
上腕三頭筋



**EGYM M15
バイセプスカール**

対象部位：
上腕二頭筋、上腕筋

Smart Flex



スマートモビリティワークアウト モビリティの向上と姿勢の改善

EGYM Smart Flex

EGYM Smart Flex は、メンバーのニーズに合わせてパッドポジションが自動的に調整され、光と振動で理想的な運動と休憩時間を示し、すべてのターゲットグループに対して正しく目的に合ったワークアウトができるようにガイドします。すべてのワークアウトセッションはEGYMアプリに自動的に記録され、メンバーやトレーナーはいつでもアクセスすることができます。

- 革新的な電気モーター、直感的なRFID技術を搭載し、EGYMクラウドとネットワーク化されています。
- 初心者はEGYM Smart Strengthでのワークアウトの準備に、上級者はワークアウトをさらに最適化するために利用します。
- 特に重要な立ち上げ段階において、顕著な進歩によりワークアウトの頻度が増加します。



効率的な 筋力アップのための トレーニング

モビリティの改善

EGYM Smart Flex は、個々の筋肉を鍛えるだけでなく、身体全体を動かすことができます。短くなった筋肉を伸ばすことで、数回のトレーニングで姿勢の改善や身体への意識を高めるなど、ポジティブな効果を実感することができます。

- 最新のスポーツ科学とセラピーの知見に基づいた筋長トレーニング
- EGYM BioAge と Fitness Hub での柔軟性測定により、効果を可視化することによる、エントリー段階での退会率を抑制
- 効果的な長期トレーニングで、メンバーを苦痛なく成功に導くことが可能
- すべてのターゲットグループ（アスリートと患者の両方）をカバー
- 完全自動化、機器のサポートによる全身の筋長トレーニング



正しく、安全なワークアウト

スマートガイダンス

EGYM Smart Flexシリーズは、あらかじめ正確に設計された調整オプションを備え、光と振動でメンバーに理想的な運動と休憩の時間を提供します。

正しく安全なエクササイズを行うために - 初めての方でも安心

トレーニングの各段階におけるLEDシグナル

- オレンジ トレーニング
- 黄色 部位の交替 / 一時停止
- 青 マシン停止 / マシンの交換

短い振動信号で、運動者の交代や休憩を知らせる。



スマートなテストと測定

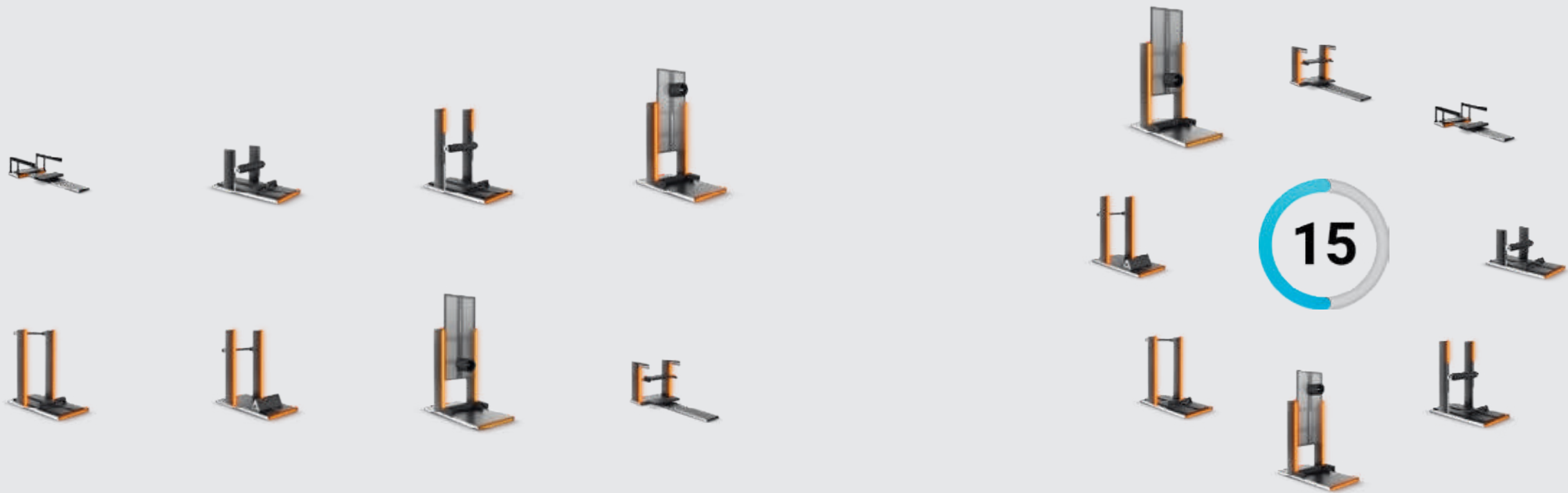
EGYM Fitness Hubの柔軟性テストは、直感的なユーザーガイダンスで柔軟性をチェック。メンバーはEGYM BioAgeの「柔軟性」で筋長トレーニングの進捗も測定可能。



EGYMのエコシステムに完全に統合

メンバー用にカスタマイズされたワークアウトで、さらに的を絞ったワークアウトを実施。トレーナーは、EGYMトレーナーアプリで各メンバーの目標やニーズに合わせたトレーニングプランを設計し、メンバーアプリを介してメンバーに配信することができます。また、EGYM Fitness Hubでの柔軟性テストの結果に基づき、メンバーはSmart Flexで柔軟性値を恒久的かつ効果的に向上させることが可能。

商品詳細



Smart Flex： 2つのワークアウトモード

各機体が独立して動作

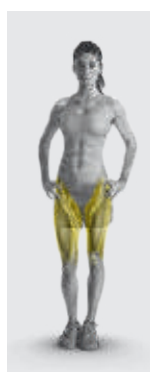
オープンモード

Smart Flexは、オープンモードでの使用も可能です。これにより、メンバーが柔軟にマシンを選択して使用でき、また施設内で完全に独立して設置することも可能です。

パーフェクトシンクロ

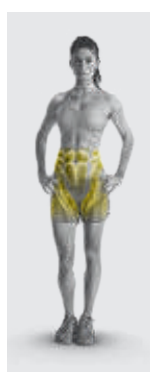
サーキットモード

Smart Strength同様、Smart Flexもサーキットモードで同期させれば、ガイド付きで時間効率のよいワークアウトが可能です。施設内のすべてのSmart Flexマシンが、ワークアウトやインターバル、機種の変更などを通じて、同時に動作することになります。これにより、Smart Strength同様に利用率が最適化され、ピーク時の施設のキャパシティを最大限に高めることができます。



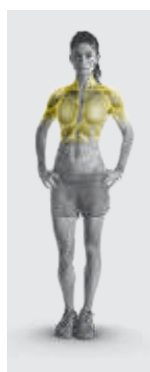
EGYM Smart Flex スプリット

対象部位：
腸腰筋、大腿四頭筋、
腹直筋、縫工筋、横隔膜



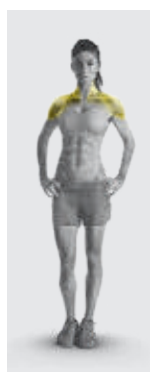
EGYM Smart Flex ヒップ

対象部位：
大胸筋、腸腰筋、腹直筋、
腸骨筋、広背筋、横隔膜



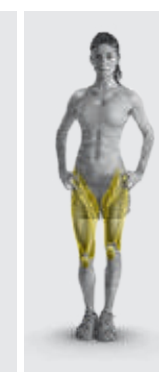
EGYM Smart Flex チェスト

対象部位：
腓腹筋、ヒラメ筋、
ハムストリングス、
足裏の筋肉



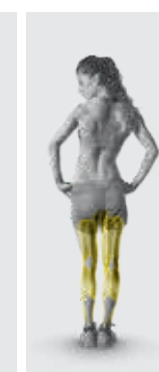
EGYM Smart Flex ネック

対象部位：
胸鎖乳突筋、後頭下筋、
肩甲挙筋、僧帽筋、
肩甲骨三角筋



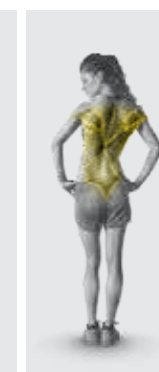
EGYM Smart Flex クアッド

対象部位：
大腿四頭筋、腸腰筋、
腹直筋、縫工筋、
大腿部内側コンパートメント



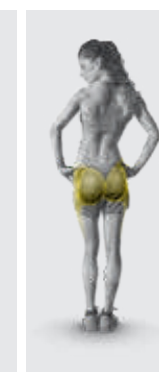
EGYM Smart Flex カーフ

対象部位：
腓腹筋、ヒラメ筋、
ハムストリングス、
足裏の筋肉



EGYM Smart Flex ラットフレックス

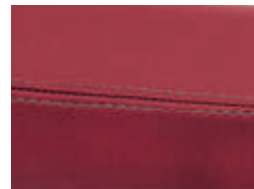
対象部位：
広背筋、内斜角筋、
外斜角筋、腰方形筋



EGYM Smart Flex グルート

対象部位：
梨状筋、大臀筋、小臀筋、
中臀筋、大腿筋膜張筋

シート / パッドカラー



PANDORIA^{PLUS}

Cherry Red

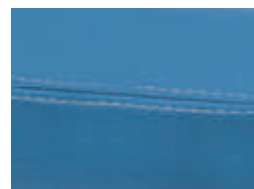
チェリーレッド



PANDORIA^{PLUS}

Fuchsia Pink

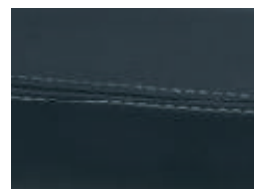
フクシアピンク



PANDORIA^{PLUS}

Sky Blue

スカイブルー



PANDORIA^{PLUS}

Jet Black

ジェットブラック



PANDORIA^{PLUS}

Cactus Green

カクタスグリーン



PANDORIA^{PLUS}

Chocolate Brown

チョコレートブラウン

Smart Flex アクセサリ



フットボード

Smart Flex のフットボードは、マシンの延長線上にあるため、筋膜と神経筋のシステム全体を使ったトレーニングが可能です。

本体サイズ：1800 x 90 x 500mm



ダンベルタワー

Smart Flex にウェイトを追加することで、より効果的なエクササイズが可能になります（ウェイト：1～8kg）

本体サイズ：870 x 150 x 150mm（上）
340 x 340mm（下）

ベンチ

Smart Flex 用のベンチは、マシンを強化し、トレーニングの前後に快適な座り心地を提供します。

本体サイズ：760 x 450 x 350mm



Smart Cardio



あなただけの カーディオ・ワークアウト

EGYM Smart Cardio

アナログのカーディオマシンで、いつも同じスピードと傾斜で走っていたのでは、トレーニングの進歩は望めません。

EGYM Smart Cardio は、メンバーの持久カトレーニングをパーソナライズし、個々の目標に合わせたカーディオワークアウトを提供します。スマートなワークアウトメソッドは、メンバーが時間的に効率的なだけでなく、ワークアウトの目標に到達するために効果的なトレーニングをサポートします。



あなただけの カーディオ・ワークアウト



パーソナライズされた トレーニングプログラム

EGYM Smart Cardioでは、トレーナーが作成した、または定期的な有酸素運動テストに基づいて作成されたパーソナルトレーニングプログラムを、ボタンひとつで利用することができます。



ライブフィードバック

EGYM Smart Cardioを搭載したマシンは、ワークアウトパラメータを自動的に制御し、メンバーにリアルタイムでフィードバックを提供します。



モチベーションを高める

ワークアウトセッションを行うたびに、メンバーはEGYMアクティビティポイントを獲得します。この遊び心ある要素が、ワークアウトのモチベーションを高め、より楽しい時間を提供します。

スマート ユーザーガイダンス



EGYM ユーザーインターフェース

EGYM Smart Cardioは、EGYM Smart Strengthと同様に、直感的なユーザーインターフェイスで、メンバーやトレーナーを刺激します。



定期的なテスト

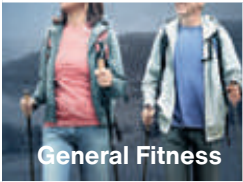
EGYM Smart Cardioのマシンは、定期的なインターバル耐久テストにより、個人のカーディオプログラムを自動的に計算します。つまり、新しいワークアウトの刺激が何度も設定され、ワークアウトの停滞も回避されるのです。



トレーニングプラン

HIITからワット数制御のワークアウトまで、自動化されたカーディオトレーニングプランに加え、トレーナーはEGYMトレーナーアプリでパーソナルプランを作成し、メンバーに割り当てることができます。Smart Cardioマシンは、これらのトレーニングプランを自動的に取得します。

EGYM Smart Cardio
トレーニングプログラム

		ウォームアップ	複合カーディオ カーディオ+ ストレングス	有酸素運動のみ
 Athletic	アスリート スピード・ストレングス・レジリエンス（回復力）の向上によるパフォーマンスの向上	マウンテン 8 分 中級	インターバル 11.5 分 上級	インターバル 21 分 超上級
 Muscle Building	筋持久力 低速の動きで高強度の筋緊張を与え、最大限の筋力増強を図る	マウンテン 8 分 中級	インターバル 16.5 分 中級	インターバル 27 分 上級
 General Fitness	ジェネラルフィットネス 体力と身体的活力を維持するための可変的なワークアウト刺激	マウンテン 8 分 中級	ピラミッド 19 分 初級	ピラミッド 28 分 中級
 Weight Loss	ウェイトロス 常に心拍数を上げ、長時間の運動で高強度のストレングスワークアウトを実施	マウンテン 8 分 中級	インターバル 19 分 中級	インターバル 30.5 分 上級
 Body Toning	ボディトーンニング 筋持久力と筋肥大のためのトレーニングで、引き締まったボディを実現	マウンテン 8 分 中級	インターバル 15.5 分 中級	インターバル 27 分 上級
 Rehab Fit	リハビリ 身体の不調やケガをしたときに、優しくリハビリできるトレーニング	マウンテン 8 分 初級	ピラミッド 16 分 初級	ピラミッド 24.5 分 超初級
 Immunity Boost	免疫力向上 負荷強度と進行度をコントロールしたエクササイズで、免疫防御力を高める		ピラミッド 12 分 初級	



EGYM トレーナーアプリ





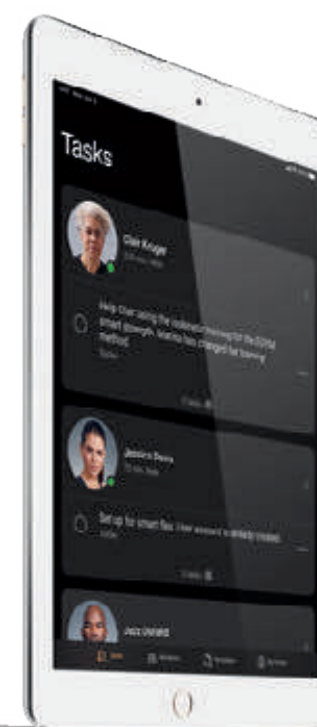
スマートなワークアウト

繋がり、直感的、利便性

EGYM トレーナーアプリを使えば、メンバーのワークアウトをより簡単に管理・編成できるようになります。これにより、より多くの時間を有効的に使うことができます。パートナー製品およびEGYM製品からのすべてのワークアウトデータと測定値、BioAge等すべての重要な測定値の履歴も、トレーナーによる最適なサポートを行う為に、EGYM トレーナーアプリで見ることができます。

トレーナーは…

- 実際のアクティビティデータから、具体的な洞察を取得
- 施設とクライアントに合わせたメンバーサポートの提供が可能
- 時間のかかるルーティンワークをより効率的に行うことが可能
- 複数のメンバーを同時に管理することが可能
- 事前予約不要でケアできるため、メンバーとの予約調整の手間を省くことが可能



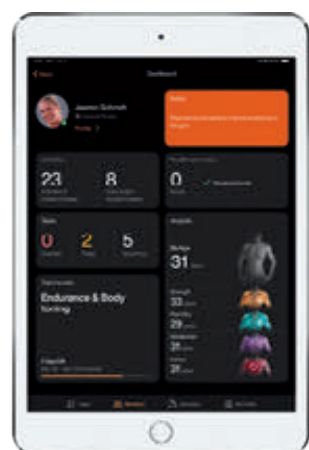
セントラルタスクリスト

優先順位をつけたタスクリストは、トレーナーを必要なことに集中させ、生産性を高める効果があります。



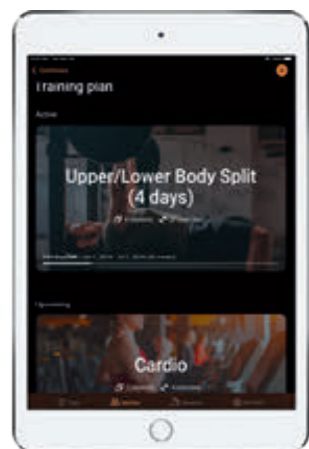
タスクチェーン

例えば、あるメンバーが特定の日数が経過した時にチェックインした時に、新しいタスクを起動するなど、施設のケアコンセプトに合わせたタスクチェーンによって、施設のケアの質を向上させることができます。



メンバーダッシュボード

病歴、分析、ワークアウト頻度、個人メモ、BioAge など、さまざまな情報を確認できます。メンバーオーバービューでは、トレーナーは常にすべての関連情報の概要を把握することができます。



トレーニングプラン

EGYMトレーナーアプリでは、トレーニングプランの作成をシンプルにし、且つ時間を短縮することができます。1,000以上のエクササイズとトレーニングプランのテンプレートのライブラリから選択し、メンバー毎に適したトレーニングプランを作成します。



BioAge

メンバーのフィットネスと健康のための指標です。筋力テスト、柔軟性テスト、持久力テスト、血圧や体脂肪などの測定値を自動的に評価することで、メンバーのモチベーションを高め、トレーナーには個別で成功志向のスマートなコーチングを可能にします。トレーナーは、測定されたすべての値をさらに深く掘り下げて、発展につなげることができます。

EGYM メンバーアプリ

グレード別サポート機能

メンバーの為のタッチポイント

EGYMメンバーアプリで、施設はメンバーとより密接につながるようになります。
EGYMメンバーアプリのデザインとレイアウトは、好みに応じてフィットネスや健康施設のデザインに適合させることができます。

- ベーシック、アドバンス、プロの3つのグレードを機能別に提供

1. ベーシック

メンバーのモチベーションを維持する豊富な機能

2. アドバンス

アドオン機能でメンバーのエンゲージメントを高め、ワークアウト継続率を向上

3. プロ

新規顧客の獲得をサポートするサクセスパック

- ブランドに合わせたアプリをデザイン
- メンバーアプリのレイアウトは、施設のニーズに合わせてカスタマイズが可能
- わかりやすいユーザーインターフェイスで、直感的な操作が可能
- 顧客ロイヤルティの強化

機能	ベーシック	アドバンス	プロ
トレーニングプラン	✓	✓	✓
ワークアウトトラッキング	✓	✓	✓
アクティビティレベル	✓	✓	✓
BioAge	✓	✓	✓
ランキング	✓	✓	✓
コネクテッドアプリ	✓	✓	✓
フィットネスチャレンジ	✓	✓	✓
プッシュ通知	✓	✓	✓
デジタルメンバシップカード	✓	✓	✓
クラス予約	✓	✓	✓
クラブファインダー	✓	✓	✓
アクティビティフィード	✓	✓	✓
+ アドオン			
オファー & ディール	—	✓	✓
ゴールセンター	—	✓	✓
スマートチャットサポート	—	✓	✓
トレーナーをリクエスト	—	✓	✓
ウェブサイトやアプリへのディープリンク	—	✓	✓
LesMills コンテンツ	—	✓	✓
アプリ名	—	✓	✓
アップルストア	—	✓	✓
サクセスパック			
リワード	—	—	✓
モバイルフィードバック	—	—	✓
紹介	—	—	✓
自動プッシュ通知	—	—	✓
デジタルゲストパス	—	—	✓

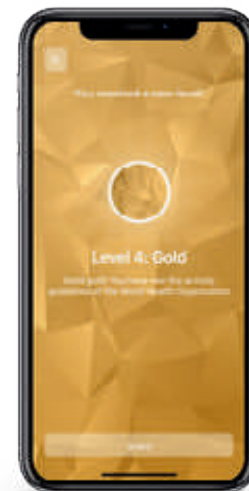
メンバーアプリの機能

EGYMのメンバーアプリの機能は、お客様へのサービスをさらに向上させ、長期的な維持とモチベーションの向上を支援します。スマートな組織機能により、チェックインやワークアウトデータの記録、ワークアウトやコースプランの管理など、施設とのやり取り全体が最適化されます。



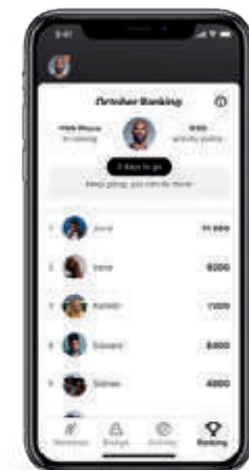
トレーニングプラン

シンプルなテンプレートで簡単にトレーニングプランを作成



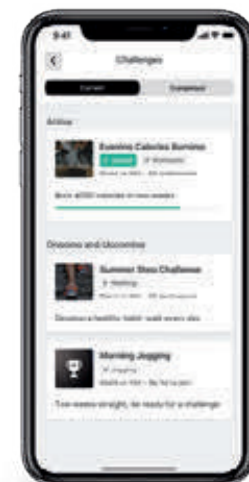
アクティビティレベル

ワークアウトデータに基づいて、現在のアクティビティのレベルをシルバー、ゴールド、プラチナ、等のレベルで通知し、モチベーションを維持、向上させる



ランキング

施設コミュニティでの競争を通じて、ランキング表示を行い、モチベーションを高めることが可能



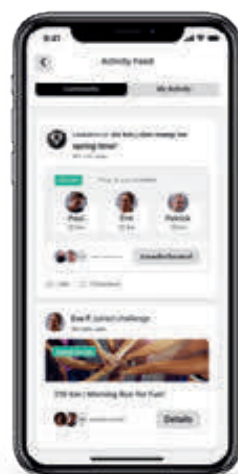
フィットネスチャレンジ

アクティビティポイント、チェックイン、その他の指標に基づく、時間制限のあるチャレンジ



BioAge

筋力、心肺機能、メタボリズム、柔軟性で構成される



施設フィード

メンバーは、他のメンバーのワークアウトを閲覧し、拍手したり、賞賛したりすることができる



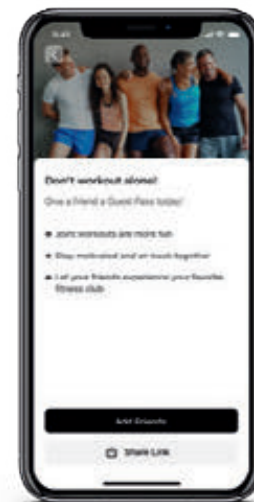
ワークアウトトラッキング

全てのワークアウトデータを自動または手動で取得



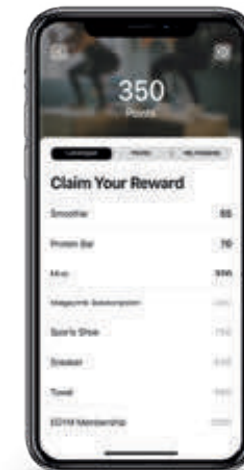
オファー & ディール

施設からの魅力的なオファーで追加収入を得ることが可能



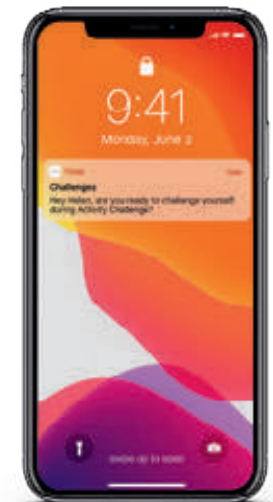
紹介

満足した顧客は、連絡先やソーシャルメディアを通じてボタン一つで新規顧客を再募集



リワード (報酬)

チャレンジへの参加や紹介の成功に対して、魅力的な報酬を提供



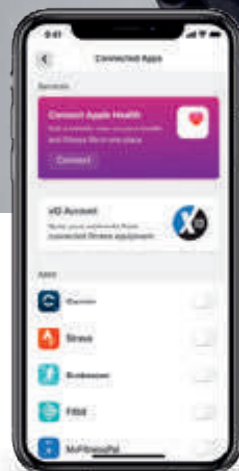
プッシュ通知

メンバーの携帯電話にプッシュメッセージで直接お知らせ



クラス予約

すべてのコースをメンバー
アプリから直接予約



コネクテッドアプリ

複数のアプリ、ウェアラブル、
カーディオ機器とも接続可能

その他の機能

デジタルゲストアクセス

アプリをダウンロードし、バーコードを使って
一時的にチェックインすることが可能

フィードバック

メンバーからのフィードバックによる情報
収集を自動化

Apple Watch

最も重要な機能は、Apple Watchでも利用
可能

チャットボットでサポート

自動化されたチャットボットで人材を
使わずにメンバーの悩みを解決

クラブ検索

アクセスや営業時間など、施設の詳細を
共有することが可能

.. その他多数



Appendix

商品仕様

Smart Strength		本体重量 (kg)	本体サイズ (mm)	耐荷重 (kg)	最大負荷 (kg)
M1	レッグエクステンション	230	1420 x 1110 x 1469	175	230
M2	アブドミナルクランチ	215	1330 x 1150 x 1276	100	150
M3	バックエクステンション	230	1630 x 1290 x 1276	125	200
M4	レッグカール	260	1400 x 1110 x 1469	120	175
M5	チェストプレス	250	1630 x 960 x 1544	165	220
M6	シーテッドロー	250	1570 x 960 x 1545	165	220
M7	ラットプル	201	1760 x 950 x 2062	165	220
M8	グルート	220	1940 x 1180 x 1276	100	150
M9	レッグプレス	370	2320 x 890 x 1512	260	375
M10	アブダクター	252	1400 x 1570 x 1328	150	200
M11	アダクター	252	1410 x 1560 x 1328	150	200
M12	ロータリートルソー	260	1040 x 810 x 1632	100	130
M13	バタフライ	260	1560 x 1770 x 1539	100	140
M14	バタフライリバース	260	1560 x 1930 x 1538	100	120
M15	バイセプスカール	201	1300 x 1230 x 1564	100	120
M17	ショルダープレス	216	1770 x 950 x 2062	150	200
M18	トライセプス	225	1620 x 1000 x 1276	200	250

電源ケーブル長さ	2m
電源	入力：AC100V、50、60Hz
ネットワークインターフェース	有線LAN、Wi-Fi*

* 各マシンでダウンロード：4Mbps、アップロード：1Mbpsが必要



Smart Flex		本体重量 (kg)	本体サイズ (mm)	耐荷重 (kg)
スプリット		66	1770 x 780 x 436	125
ヒップ		111	1470 x 780 x 816	
チェスト		123	1470 x 780 x 1516	
ネック		150	1470 x 836 x 2098	
クアッド		123	1470 x 780 x 1516	
カーフ		126	1470 x 780 x 1516	
ラット		162	1470 x 836 x 2098	
グルート		76	1770 x 718 x 816	

電源ケーブル長さ	2m
電源	入力：AC100V-240V、50、60Hz
	出力：24V
ネットワークインターフェース	有線LAN、Wi-Fi*

* 各マシンでダウンロード：4Mbps、アップロード：1Mbpsが必要



Fitness Hub		本体重量 (kg)	本体サイズ (mm)
Fitness Hub		56	806 x 606 x 1850

電源ケーブル長さ	2m
電源	入力：AC100V-240V、50、60Hz
ネットワークインターフェース	有線LAN*

* ダウンロード：5Mbps (>10Mbps推奨)、アップロード：1Mbpsが必要



連携体組成計

TANITA
Healthy Habits for Happiness



タニタ MC780



タニタ MC980

InBody
See what you're made of



InBody 270



InBody 570



InBody 770

seca
Precision for health



seca mBCA 552 / 555