



第21-40号

2021年11月4日

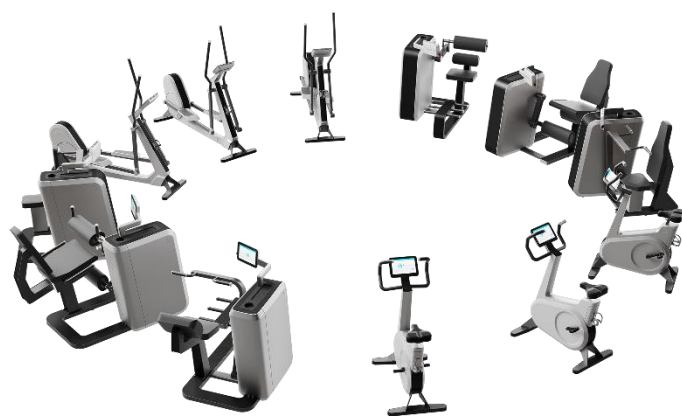
## IoTフィットネスマシン「milon」で、ウェルネスな暮らしを実現する新規事業！ 2022年2月、フィットネススタジオ「4H fitness」オープン

～駅高架下にパーソナル・短時間・効率的な運動環境を整備し、モチベーションの維持・向上に力を入れます～

小田急電鉄株式会社（本社：東京都新宿区 社長：星野 晃司）は、2022年2月に、小田急小田原線梅ヶ丘駅付近の高架下へフィットネススタジオ「4H fitness 梅ヶ丘スタジオ」を開業します。この施設は、最先端のIoTフィットネスマシン「milon」によるサーキットトレーニングを中心としたフィットネス施設で、小田急沿線地域での健康増進を目的とした当社の新規事業です。

「milon」は、筋力系6種・有酸素系2種の8種類のマシンを1周することで全身を効率的に動かすサーキットトレーニングマシンです。マシンが個人の身体データを認識して、最適な運動ができるよう強度などを自動調整するため、運動経験が浅い方でも気軽に始めることができます。また、1周17.5分と短時間で効率的な運動が可能であるため、仕事帰りやお買い物ついでなどにご利用いただきやすいことが特徴です。さらに、運動データは連携するスマートフォンアプリで常に確認いただけるほか、スタッフも常駐し日々のトレーニングやヘルスケアに関するサポートを行うことでモチベーションの維持・向上にも力を入れます。また、ストレッチなどのスタジオプログラムを開催することで、個々人の目標達成に合わせたトレーニングを実施していただけます。

新型コロナウイルス感染拡大の影響を受け、外出自粛により身体活動の機会が減少した結果、運動不足が問題となっています。また、日常生活上の中で時間が確保できない、自分にあった方法が分からない、長続きしないなど、運動に関する課題はさまざま存在します。当社は新規事業「4H fitness」により、運動の習慣化を通じた健康課題の解決を実現し、豊かで健康なくらしの実現を目指します。



IoTフィットネスマシン「milon」  
(イメージ)



4H fitness ロゴマーク

フィットネススタジオ「4H fitness」の概要は、下記のとおりです。

## 記

- 1 店名 4H fitness 梅ヶ丘スタジオ  
店名に込めた想い
  - ① 4つのH  
習慣化「Habituation」、健康「Health」、ハッピー「Happy」、心の安らぎ「Heart ease」を提供価値としました。
  - ② 月4時間の運動の習慣化  
厚生労働省が発表した平成27年国民健康・栄養調査において、運動習慣のある者とは、「1回30分以上の運動を週2回以上実施し、1年以上継続している者」とあります。同施設に週2回・1回2週のサーキットトレーニングを継続して通っていただくことで、月4時間の運動目標の達成を目指したいと思いを込めています。
  - ③ 4 (for)  
私たちがお客さまに、4つのHを通じて提供するのには、お客さまに「ウェルネスであって欲しい」という想いを込めています。
- 2 オープン日 2022年2月  
※2022年1月プレオープン（予定）
- 3 住 所 東京都世田谷区梅丘1-43-37  
小田急線梅ヶ丘駅から徒歩3分、豪徳寺駅から徒歩6分の鉄道高架下施設
- 4 営業時間 平日10:00~22:00、土日祝日9:00~21:00  
(年末年始、不定期での施設点検日を除く)
- 5 料 金 全日会員 月額7,980円(税込)  
平日会員 月額6,980円(税込)
- 6 サービス
  - (1) 最先端のIoTフィットネスマシン「milon」によるサーキットトレーニング  
有酸素系2種、筋力系6種のマシンからなる1周17.5分のトレーニングです。個人の身体に合わせたパーソナルな位置・強度設定を行い、誰でも無理なく短時間で効率的なトレーニングが可能です。また、運動結果は、連携するスマートフォンアプリ「milon ME」にて確認できるので、日々のトレーニング結果を可視化して管理することが可能です。  
スタジオ内には、スピーカーの原理を利用した音波振動マシンSONIXを2台設置しており、空き時間にお乗りいただくだけで、身体の中の骨にまで振動を伝え、血液やリンパの改善、姿勢やバランス感覚の改善が期待できます。また、入会時にスタッフによるカウンセリングを行い、個人の運動目的あわせた最適なトレーニングプログラムづくりをサポートします。

(2) スタジオプログラム

トレーニング機材「milon」を補完する、ストレッチ系プログラムなど、有人によるプログラムを行います。

(3) 物販

運動効率や効果を高めるスポーツウェアやサプリメント・プロテインなどを販売します。お客さま一人一人に合わせた適切な商品の提案により、健康増進効果を高めます。

7 敷地面積 136.3㎡ (約41.3坪)

8 開業特典 オープンに向けて、さまざまなキャンペーンを予定しています。詳細は順次ホームページや公式LINEアカウントにて順次ご案内してまいります。

9 その他

(1) ホームページ <https://4hfitness.jp>

(2) パートナー会社 (予定)

4H fitness では、「milon」で得られる運動データ等のヘルスケアデータを活用し、ヘルスケア分野の企業や行政機関との協業により地域の健康増進モデルや新規ヘルスケア事業の開発を推進します。本取り組みは、スポーツヘルスケア事業領域に特化したサービス開発を手掛ける Keepup をパートナーとして進めてまいります。

社 名：株式会社 Keepup

所 在 地：東京都千代田区平河町2-16-9 永田町ガラスゲート1/B1F

代 表 者：代表取締役 朝倉 新

事業内容：新規事業開発・コンサルティング / スポーツプロモーション / 卸・流通事業

以 上