

世界最大・女性だけの 30 分フィットネスチェーン

～女性の 80%が「カラダのゆがみ」気になっています*1～
地域の女性の皆様に健康に『カーブス健康体操教室』
9 月は「姿勢まっすぐ体操教室」
－東京都内では 81 店舗で実施－

女性だけの 30 分フィットネスチェーン「カーブス」では、9 月に全国 1,197 店舗(2012 年 8 月末日現在)のうち、802 店舗、東京都では 81 店舗にて、女性のための健康イベント「健康体操教室」を開催いたします。5 年目を迎えるこのイベントは、2008 年より毎年開催してきた人気のイベントです。

今月は、2 回目の開催となる「姿勢まっすぐ体操教室」を開催いたします。

カーブスが実施した消費者調査において、女性の 80%が日頃から「カラダのゆがみや姿勢」を気にしており、その中で改善したいと思っている方は 90%近くことがわかりました。*1 また、姿勢が悪いと「背中のまるみ」はもちろん、「お腹のたるみ」「お尻のたるみ」「肩こり・腰痛・ひざ痛」にも影響してきます。そこで、今回は 2012 年 3 月に続き「姿勢まっすぐ体操教室」を開催することにいたしました。

実際に、既にカーブスの運動を通じて姿勢がよくなったメンバー様より、お腹のたるみが少なくなった、腰痛が改善したといったお声に加え、若々しく見られたとのお声をいただいております。

カーブスは昨年 1,000 店舗を超え、会員数も 50 万人に近づきました。今後も日本全国で地域の皆様の健康と美容を応援してまいります。

*1 カーブスジャパン街頭調査に於いて。

■ 専門家も認める「カーブス」が
健康と美容に良い理由

カーブスが提供する「30 分間サーキットトレーニング」は、女性の身体に合わせ特に開発されたオリジナルの油圧式マシンとともに、会員の皆様の目的(健康増進、ダイエット、アンチエイジング等)実現を応援します。

また、50 代以上で 77%、70 代だけでも 13%を超える会員構成となり、50～60 代を中心とした世代が安心・安全に運動できることも特徴です。



－ 本件に関するお問い合わせ先 －

株式会社カーブスジャパン 広報室 担当:小泉、片桐

TEL:03-5643-2981 FAX:03-3249-8733 E-mail:pr@curves.co.jp

～ コシダカホールディングス(JASDAQ 証券コード 2157)グループ ～

■東京都 実施概要:9 月開催 81 店舗(東京都内 全 134 店舗中)

- 開催期間:店舗により異なります。末尾一覧をご参照ください。(日曜・祝日は除きます)
- 開催時間:10:00～13:00、15:00～19:00(土曜は午前のみとなります)
- 所要時間:上記時間内で約 50 分
- 費用 :1 回 100 円
- 定員 :開催期間内合計 40 名
- 対象 :40～85 歳までの女性の方※初めての方でも大丈夫です
- 内容 :①講師のサポートで上半身・下半身を伸ばす体操
(背筋を伸ばしてキレイな姿勢を作ります)
②自宅でもできるストレッチもお教えします
③体力診断もできます(体年齢・筋肉の量・体の脂肪量等)
- 持ち物 :運動できる服装と室内履き
- お申込み方法:事前に最寄り店舗へお申し込みください。
最寄り店舗については、カーブスホームページ(<http://www.curves.co.jp/>)もしくは、
フリーダイヤル (0120-441-029/平日 10-18 時) へお問い合わせください。
- 開催店舗一覧



店舗名	電話番号	開催期間
オレンジコート高田馬場	03-3209-3930	9 月 11 日(火) ～ 9 月 25 日(火)
代田橋	03-3322-5150	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
南阿佐ヶ谷	03-3392-7560	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
井荻	03-3395-7414	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
梅ヶ丘	03-3420-6123	9 月 11 日(火) ～ 9 月 29 日(土)
麻布十番	03-3455-5203	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
チャンネルコート東雲	03-3533-9990	9 月 11 日(火) ～ 9 月 28 日(金)
練馬光が丘	03-3577-3300	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
曳舟	03-3612-6580	9 月 11 日(火) ～ 9 月 28 日(金)
平井	03-3616-0121	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
門前仲町	03-3641-7373	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
新小岩	03-3651-9632	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
小岩	03-3659-5252	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
大島	03-3683-1170	9 月 11 日(火) ～ 9 月 29 日(土)
西葛西	03-3687-1222	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
瑞江	03-3698-4171	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
篠崎町	03-3698-5781	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
用賀	03-3707-3402	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
中目黒	03-3711-0011	9 月 11 日(火) ～ 9 月 26 日(水)
長原	03-3748-4511	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
池上	03-3754-4478	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
大森北口	03-3767-7870	9 月 11 日(火) ～ 9 月 29 日(土)
馬込駅前	03-3778-8009	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
荒川町屋	03-3801-1580	9 月 11 日(火) ～ 9 月 29 日(土)
田端駅前	03-3809-5338	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
中村橋	03-3825-3939	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
上野広小路	03-3837-3122	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
梅島駅前	03-3840-0039	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
根岸	03-3871-6150	9 月 11 日(火) ～ 9 月 28 日(金)
大師前	03-3899-2522	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
下赤塚	03-3935-2568	9 月 11 日(火) ～ 9 月 21 日(金)
練馬桜台	03-3948-7792	9 月 11 日(火) ～ 9 月 29 日(土)
蓮根	03-3967-3123	9 月 11 日(火) ～ 9 月 25 日(火)

神楽坂	03-5228-0365	9月11日(火) ~ 9月28日(金)
新宿曙橋	03-5379-6878	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
千歳船橋	03-5450-6030	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
大井町駅前	03-5461-0432	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
梅屋敷	03-5493-3911	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
住吉	03-5600-8348	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
両国	03-5608-2030	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
大谷田	03-5616-9166	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
亀有	03-5629-0712	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
青戸	03-5650-0712	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
こうじや駅前	03-5735-1795	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
蒲田雑色	03-5744-3633	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
学芸大学	03-5794-3211	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
世田谷上町	03-5799-4647	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
竹の塚	03-5831-1500	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
ヴィナシス金町	03-5876-3712	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
柴又	03-5876-9311	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
LIVIN オズ大泉	03-5905-2673	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
あずさわ	03-5915-5901	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
石神井公園	03-5923-6177	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
赤羽 LaLa ガーデン	03-5939-7740	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
高円寺	03-5948-7275	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
巢鴨	03-5974-4122	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
北葛西	03-6276-1033	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
三鷹	0422-41-0026	9月11日(火) ~ 9月28日(金)
吉祥寺	0422-46-2181	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
国分寺駅前	042-306-3444	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
一橋学園	042-306-6070	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
東村山みすみ	042-395-1511	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
東村山秋津	042-398-4550	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
つつじヶ丘	042-444-1525	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
田無	042-462-9945	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
東久留米本町	042-470-3939	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
清瀬南口	042-494-7930	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
コピオあきる野	042-518-7466	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
ダイエー武蔵村山	042-531-2825	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
立川砂川七番	042-534-2970	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
昭島	042-549-2638	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
日野駅前通り	042-582-3100	9月11日(火) ~ 9月29日(土)
元八王子	042-629-9311	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
西八王子	042-659-1310	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
南大沢	042-670-4066	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
八王子高倉	042-689-5072	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
南成瀬	042-739-3688	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
東青梅	0428-78-2122	9月11日(火) ~ 9月21日(金)
北千住	03-3870-6605	9月4日(火) ~ 9月29日(土)
武蔵小金井	042-383-5775	9月5日(水) ~ 9月25日(火)
亀戸	03-3636-1780	9月6日(木) ~ 9月28日(金)