

報道関係者各位  
プレスリリース

ひととき、輝く  
TOKYU SPORTS  
OASIS

Combi  
子育てに、イノベーションを。

2019年4月4日  
株式会社東急スポーツオアシス  
コンビ株式会社

WEBGYMで産前産後のママ向けコンテンツ「MaMaGYM」をリリース  
～忙しいママにスキマ時間の10分エクササイズで健康サポート～



産前産後の忙しいママに 10 分間の自宅フィットネス

# MaMaGYM

Supported by Combi

会員制総合フィットネスクラブの運営を行う株式会社東急スポーツオアシス(本社:東京都港区、代表取締役社長:平塚 秀昭、以下 オアシス)とベビー用品の開発・製造・販売を行うコンビ株式会社(本社:東京都台東区、代表取締役社長:五嶋 啓伸、以下 コンビ)は、産前産後の忙しいお母さんにもスキマ時間で気軽に運動できる「MaMaGYM」を開発し、オアシスが運営するアプリ「WEBGYM」にて 4 月上旬より提供を開始いたします。「MaMaGYM」のメニューは、マタニティフィットネスに関する研究、指導者の育成などの活動を行う一般社団法人日本マタニティフィットネス協会(所在地:東京都目黒区、理事長:田中 康弘 以下 JMFA)が監修し、安心・安全の効果的なメソッドを多くのお母さん達に届けます。

【MaMaGYM に関して】 <https://www.sportsoasis.co.jp/webgym/mamagym/>

【WEBGYM アプリに関して】 [https://www.sportsoasis.co.jp/webgym\\_app/](https://www.sportsoasis.co.jp/webgym_app/)

## ■「MaMaGYM」開発の背景

近年、出産直前まで働く女性が増加したことや、近くに運動が出来る施設が少ないことから、運動を習慣にしているお母さんは多くありません。オアシスは近くにジムがない、忙しくてジムに通えない方向けのフィットネス動画アプリ「WEBGYM」を2017年より始め、このプラットフォームを活用してママ向けコンテンツの提供を検討してきました。プログラムの安全性を確保するために JMFA のメソッドを採用し、産婦人科医の監修のもと、臨床データを取得し安全性と効果が実証されたプログラムを自宅で行えるようにカスタマイズ。また、コンビの「Baby Life Support」プロジェクトに参画し、このプログラムをより多くのお母さん達に届けます。フィットネスクラブ・メーカー・協会が手を取り、業界の垣根を越えてお母さんの健康をサポートしてまいります。

《Baby Life Support》 <https://www.combi.co.jp/company/bls/>

## ■「MaMaGYM」メニューの内容

「MaMaGYM」は産前に行く「マタニティヨガ」と産後に行く「ママフィット」の2種類があり、それぞれ6つずつ、合計12メニューを用意しています。1メニュー約10分で行えるものとなっており、忙しくて時間がない方にもスキマ時間で気軽に行なっていただけます。

「MaMaGYM」は1メニュー1,080円(税込)で購入ができ、一度購入したメニューはずっとお使いいただくことができます。なおWEBGYMのプレミアム会員に登録されている方もご利用には購入が必要となります。



※画像はイメージです

### ・マタニティヨガ

段階を踏みながら運動不足の解消、妊娠中のママの悩みにアプローチしたプログラムです。妊娠13週目～出産直前まで行うことができます。



Step2 肩・首すっきり

Step3 足ラクラク

Step5 お産の準備

## ・ママフィット

出産直後から布団の上で行える産後ケアメニューや赤ちゃんがいながら体型を妊娠前に戻すメニューです。強度の低い運動から始め、ステップの後半では短時間の有酸素運動を行います。



Step2 骨盤底筋群

Step4 体幹エクササイズ

STEP6 ボディメイク

### ■今後の展開について

産前にできるエアロビクスや赤ちゃんと一緒にできるエクササイズなど、「MaMaGYM」コンテンツを増やしていきます。また、他のマタニティ系アプリとの連携や、企業の福利厚生として女性従業員様向けのサービス展開なども視野に入れながら、より多くのママに「MaMaGYM」を広めて参ります。

また今回の取り組みのように、業界の垣根を越え、分野問わず様々な企業様と連携をしながら WEBGYM オリジナルコンテンツの開発を進め、運動に接する人々を増やして参ります。

### ■WEBGYM アプリ概要

名称: WEBGYM(ウェブジム)

利用料金: 無料 \*「MaMaGYM」ご利用には App 内課金(1 メニュー1,080 円)が必要です。

対応端末: Android(Android 要件 4.4 以上)、iPhone(対応 OS:iOS9.0 以上)、iPad、Apple watch、Apple TV

※iOS は、Cisco の米国およびその他の国における商標または登録商標であり、ライセンスに基づき使用されています。

### ■会社概要について

商号: 株式会社東急スポーツオアシス

代表者: 代表取締役社長 平塚 秀昭

本社所在地: 東京都港区南青山 2 丁目 6 番 21 号 TK 南青山ビル

主な事業内容: 会員制総合フィットネスクラブの経営・企画・運営、ホームフィットネス商品開発、WEBGYM・OASISLINK などのスマホ App 開発・運営

### <本件に関するお問い合わせ先>

株式会社東急スポーツオアシス ホームフィットネス事業本部 担当: 稲葉

TEL: 03-5413-5729 E-mail: [webgym@sportsoasis.jp](mailto:webgym@sportsoasis.jp)

コンビ株式会社 総務室 広報グループ 安藤・川崎

TEL: 03-5828-7607 / FAX: 03-5828-7662 E-mail: [pr@combi.co.jp](mailto:pr@combi.co.jp)