

## 「LOOPZ マイベスト BODY 応援プログラム」概要

事業・活動名	LOOPZ マイベスト BODY 応援プログラム
主催団体名	株式会社 LOOPZ
開催場所	LOOPZ GYM（東京都調布市）
事業概要	
具体的な支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・プロ・アマのアスリートと一般会員を対象に、マイベスト目標の設定と達成に向けた行動を支援。</li> <li>・アスリートは更なる競技力向上を図るための指標として、一般会員は健康増進に向けて、体力測定により現在の体力レベルを明らかにし、測定データをもとにトレーナーが作成する個別プログラムに取り組む。</li> <li>・必要に応じ、栄養指導も取り入れ、身体の機能改善に取り組む。</li> </ul>
対象者	会員向け
マイベスト目標の例	<p>【アスリート】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・10m ダッシュ ・立ち幅跳び ・懸垂</li> <li>・ベンチプレス ・反復横跳び 等</li> </ul> <p>【一般会員】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・握力 ・長座体前屈 ・BOX スクワット 等</li> </ul>
参加者が行動を継続するための工夫	<ul style="list-style-type: none"> <li>・体力測定結果をもとに自主トレーニング用の個別プログラムを用意するとともに、トレーナーの声掛けにより、運動の継続を促す。</li> <li>・希望者はジム内にマイベスト目標を掲示。また、途中経過のランキングを掲示。</li> <li>・目標達成者には「クリアTシャツ」をプレゼント。さらに抽選でパーソナルトレーニングをプレゼント。</li> </ul>
URL	<a href="http://loopz-gym.mystrikingly.com/">http://loopz-gym.mystrikingly.com/</a> <a href="https://www.loopz-athletelab.com/">https://www.loopz-athletelab.com/</a>