

「TetraFit マイベスト燃焼応援プログラム」概要

事業・活動名	TetraFit マイベスト燃焼応援プログラム
主催団体名	株式会社テトラフィット
開催場所	テトラフィット（全11店舗）
事業概要	
具体的な支援内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ トレーナーがマイベスト目標達成に向けた進捗管理を実施。 ・ 加えて、エクササイズ履歴（消費カロリー）を保存し、目標設定・達成率表示機能と過去履歴閲覧機能を実装したアプリを開発し、エクササイズ履歴と結果を可視化することにより、エクササイズ継続のモチベーション向上と目標達成に向けた行動意識向上につなげる。
対象者	会員向け
マイベスト目標の例	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体重 ・ 体脂肪率 ・ 消費カロリー ・ 運動の実施回数（週●回、消費カロリー●Kcal…等） （個々人の希望に応じて幅広く設定）
参加者が行動を継続するための工夫	<ul style="list-style-type: none"> ・ あらかじめ個人の運動習慣、食生活、年齢等を考慮した目標を設定する。 ・ アプリからレッスン予約サイトへ接続できるようにすることでレッスン継続を促す。
URL	http://tetra.fit/