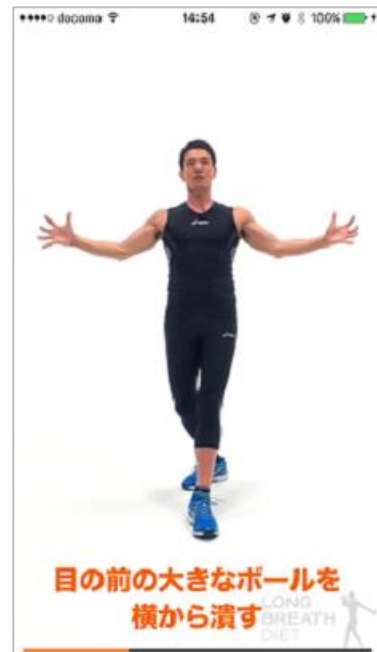


ダイエット、肩こり・腰痛改善に劇的効果！ アララ、動画で学べる「ロングブレスダイエット公式アプリ」を ロングブレス考案者、美木良介氏と共同開発

スマートフォン事業を手掛けるアララ株式会社（本社：東京都港区、代表取締役：岩井陽介以下、アララ）は、「ロングブレス」の考案者である俳優・美木良介氏と共同で「ロングブレスダイエット公式アプリ」を開発し、10月3日より提供を開始することを発表いたします。

今回開発した「ロングブレスダイエット公式アプリ」は、「ロングブレス」の考案者である美木良介氏が出演・監修するトレーニング動画を活用し、映像・音声・テキストで分かりやすくトレーニングのポイントを紹介する健康・ダイエットアプリです。

都内で展開するロングブレススタジオでも人気のトレーニングメニューをアプリ向けに新規撮り下ろし。ユーザは、自身の悩みに合わせ、「上半身痩せ」、「下半身痩せ」、「肩こり改善」、「腰痛改善」の4つからコースを選択し、ダイエットに取り組むことができます。アプリは、見やすい縦置き全画面表示で動作のポイントをしっかりチェックできるうえ、トレーニング中は音声ガイドで動きに集中してエクササイズに励むことができます。また、トレーニングメニューは毎日追加されるので、マンネリ化することなく飽きずに楽しく取り組むことができます。さらに、トレーニング後に日々の成果を記録すれば、体重、体脂肪率、特に効果を感じやすいウエストサイズの変化をグラフで振り返ることができます。



■ロングブレスとは

ロングブレスは、独自の呼吸法を使ったトレーニングメソッドです。おへその指三本下にある身体の中心”臍下丹田(せいかたんでん)”を意識しながら行う強い呼吸とトレーニングを組み合わせることで、インナーマッスルを刺激して内臓脂肪を燃やし、健康で痩せやすく美しい体を作り上げることができます。各界の著名人も指導を受けるなど、実績あるダイエット法です。URL：<http://longbreath.jp/>

■特長

1) 全画面表示と音声ガイドで分かりやすいトレーニング動画

トレーニング動画は、スマートフォンの縦画面に合わせて新規に撮り下ろしたものを採用。美木良介氏が、映像・音声・テキストで分かりやすくトレーニングのコツを解説します。

2) 目的に応じたコース設定

トレーニングコースは、「上半身痩せ」、「下半身痩せ」、「肩こり改善」、「腰痛改善」の4つを用意。毎日トレーニングメニューが追加されるため、飽きることなくトレーニングを継続できます。

3) 毎日サイズを記録して効果を実感

トレーニング後は、自動で記録画面へ遷移。つい忘れがちな記録作業も一連の流れに従えば、簡単に入力が可能。記録モレも防ぎ、効果を実感しやすいグラフ表示でユーザのやる気と継続をサポートします。特にウエストサイズは、一番効果を実感しやすい部分なので、変化を見ながら楽しくトレーニングを続けられます。

■「ロングブレスダイエット公式アプリ」概要

【対応機種】 : iPhone4 以降 (iOS7.0 以降)、Android (OS4.0 以降)

【料金】 : 無料

【Google Play】 :

<https://play.google.com/store/apps/details?id=diet.longb.arara>

【App Store】 :

<https://itunes.apple.com/us/app/ronguburesudaietto-gong-shiapuri/id1140087602?l=ja>



<アララ株式会社 会社概要>

会社名 : アララ株式会社 (arara Inc.)

URL : <https://www.arara.com/>

所在地 : 〒107-0062 東京都港区南青山 2-24-15 青山タワービル別館

設立 : 2006年8月16日

資本金 : 330,100,000円

代表取締役社長 : 岩井 陽介

事業内容 :

【カード事業】電子マネー管理、ポイント管理、会員管理、メール配信等を含む

統合型販促パッケージ「point+plus」、及びそれに関わるSI・アプリケーションの開発・提供

【メール事業】高速メール配信サービス「repica シリーズ」の開発・提供

【データセキュリティ事業】個人情報検出ソフト「P-Pointer シリーズ」の開発・提供

【AR事業】AR技術を採用した「ARAPPLI」「ARAPPLI SIGNAGE」「marcs」、

及びそれに関わるSIの企画・開発・提供

【スマートフォン事業】スマートフォン向けアプリ「Q」、「everi」の企画・開発・提供

<本件に関するお問い合わせ先>

アララ株式会社 高田 TEL:03-5414-3611 Mail:pr@arara.com

※記載されている会社名及び商品名/サービス名は、当社の商標または登録商標です。

※プレスリリースに掲載されている内容、サービス/製品の価格、仕様、お問い合わせ先、その他の情報は、発表時点の情報です。その後予告なしに変更となる場合があります。あらかじめご了承ください。