

日本初の『国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド』に参加決定 忙しい現代人のために、明日を元気に迎えるきっかけを 自身を知り、整える『リカバリーヨガ』9月18日(日)15:00~オンライン無料開催

休養時専用の「リカバリーウェア」を開発、製造、販売する株式会社ベネクス（所在地：神奈川県厚木市、代表取締役：中村太一、以下、当社）は、2022年9月16日（金）より18日（日）に行なわれる、日本初開催の世界140カ国同時多発イベント『国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド（World Wellness Weekend）』に参加することが決定しましたのでお知らせします。

当社は、日本から「休養」ソリューションを発信すべく、ベネクスリカバリープロジェクトチーム（メンバー：ヨガインストラクター中畠 綾香先生、フィジカルトレーナー泉 建史先生、当社および日本リカバリー協会スタッフ陣）が共同監修した『リカバリーヨガ ヨガインストラクターとフィジカルトレーナーの身体を整える特別教室』を9月18日（日）15:00よりオンラインにて無料開催します。



国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド2022
VENEX Recovery Project

ベネクス
リカバリーウェア「VENEX」Presents
無料オンラインイベント

リカバリーヨガ ヨガインストラクターと
フィジカルトレーナーの
身体を整える特別教室

中畠綾香先生(ベネクスアンバサダー)×泉建史先生(日本代表トレーナー)が
紹介するリカバリーヨガを体験

スマホやタブレットで
自宅からアクセス!

カメラオフOKだから
自分のペースでできる!

〈開催日時〉
2022.09.18 sun. START▶15:00~16:10

参加費
無料

〈申込締切〉
2022.09.18 sun. AM9:00

VENEX
THE RECOVERY BRAND

■世界140カ国同時多発イベント！初の日本開催にベネクスが参加決定

『国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド（World Wellness Weekend）（※1）』は、2017年にフランスのスパ業界から始まったイベントで、世界のアウトドアスポーツや、ヨガ、フィットネスなどの専門家ネットワークを通じて広まりました。2021年には、世界133ヶ国、2,300会場以上で、同時多発的にウェルネスイベントが開催され、2022年はさらに、世界140ヶ国のフィットネスクラブやヨガスタジオなどそれぞれが、様々なウェルネス体験クラスを開催し、その内容は、アウトドアスポーツ、スパ&マッサージ、ヨガ、環境保全活動など多岐にわたります。

近年、コロナ禍をきっかけに多くの方が、日々の適度な運動の大切さ、健康で過ごせることの大切さを実感している中、日本国内でも、誰もが参加しやすい形でウェルネスを啓発、実践する機会を提供することで、より多くの方に健康づくりの習慣化に関心をもってもらうという思いから、2022年日本での初開催が決まりました。当社は、2005年の創業以来、「休養」という面から疲労解消のソリューションを考え提案し続けてきました。今回国際スポーツ&ウェルネスウィークエンドの活動や考えに賛同し、ともに盛り上げたいという思いから、参加することとなりました。

さらに本イベントでは、「休息」「栄養」「運動」「メンタルの安定」「環境保護」という5つの柱を通じて、SDGs「3. すべての人に健康と福祉を」を支援しています。当社もリカバリーウェアや休養に関する正しい知識・情報の発信を通じて、同目標を支援するブランドとして、日本から健康のための「休養」リテラシーの向上を目指します。

※1 『国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド』について：<https://wellnessweekend.jp/>

■自分の身体を知る！忙しい現代の人こそ実践して欲しい、ベネクスリカバリーヨガで元気な毎日を

本イベントにて当社は、フィジカルトレーナー 泉建史先生、ヨガインストラクター 中畠綾香先生、当社および日本リカバリー協会スタッフ陣のベネクスリカバリープロジェクトチーム共同監修による特別運動プログラム『リカバリーヨガ ヨガインストラクターとフィジカルトレーナーの身体を整える特別教室』をオンラインにて無料開催します。

このたびのイベントは、はじめに泉 建史先生による身体チェックを行い、ご自身の身体の状態を知り、その後、中畠 綾香先生による「リカバリーヨガ」のレクチャーを実施します。「リカバリーヨガ」は、“自身の持つ疲労回復力を促進し、明日のパフォーマンスを高めること”をコンセプトとしたヨガで、筋肉をほぐしたり、身体の血液・リンパなどの循環を促すなど、自律神経を整えることを意識した多様な動きを取り入れることで、明日のパフォーマンス向上につなげていただくという内容です。

忙しい現代の人に、活力あふれる状態で明日を迎えられる体をご自身でつくるための休養時間を生活の中に取り入れて欲しい、ベネクスはそう願っています。そこで、日頃から実践できるケア方法を学ぶことができる場を提供できないかと考え、このたびのプログラムを考案しました。

現在、日本の約 8 割の人が疲労状態にあることが分かっており（※2）、ストレスや疲れのケアをできないまま日々を忙しく過ごしてしまうことで、翌日のコンディションが上手く発揮できていない現状があるという課題が見えています。「疲れた…」、「元気がでない」、その状態を放っておくと、心身の不調や病気につながります。だからこそ毎日の「休む」時間がとても大切になります。

ヨガが初めての方でも安心して実践いただける内容のため、お一人様でのご参加はもちろん、ご家族やパートナーと一緒に、お気軽にご参加ください。本イベントを通して、皆様の元気な毎日を過ごすポジティブな行動のきっかけになることを願い、今後も当社は、様々なリカバリーの場を提供し続けます。

※2 参考：一般社団法人日本リカバリー協会『全国 10 万人調査から「日本の疲労状況」を発表世代別で最も「慢性的に疲れている」のは 20 代・30 代とくに女性は 5 割以上と深刻に～10 万人調査による「休養・抗疲労白書 2022」Vol.1～』

<https://prtimes.jp/main/html/rd/p/000000004.000085299.html>

【『国際スポーツ&ウェルネスウィークエンド』ベネクス主催イベント概要】

◆イベント名：リカバリーウェア「VENEX（ベネクス）」Presents 無料オンラインイベント

『リカバリーヨガ ヨガインストラクターとフィジカルトレーナーの身体を整える特別教室』

◆日時： 2022 年 9 月 18 日（日）15：00～16：10 （※入場開始：14：45～）

◆会場： ZOOM（オンラインレッスン）

◆参加費： 無料

◆申込期間：2022 年 8 月 31 日（水）11：00～2022 年 9 月 18 日（日）9：00 まで

◆対象： 男性も女性も、ヨガが初めての方でも大歓迎

◆内容： 1. 泉 建史先生による、簡単な「身体チェック」
2. 中畠 綾香先生による、「リカバリーヨガ」レクチャー
疲労回復力を促進し、明日のパフォーマンスを高めることをコンセプトとしたヨガで、座位や仰向けが中心のポーズをゆったりと行います。ヨガが初めての方でも安心してご参加いただける内容になっています。

◆イベントページ URL：<https://wellnessweekend.jp/activities/venex-recoveryyoga/>

【中畠 綾香先生 コメント】

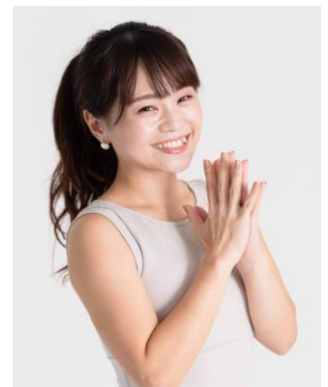
ベネクスさんの「明日を元気にしたい」という思いに強く共感し、このことをコンセプトにヨガプログラムを作り上げました。身体をほぐしたり、肝機能を高めたりなど、多角的なアプローチで“リカバリー（疲労回復）”が実現するような内容になっています。現在ベネクスさんと毎月第 4 水曜日に開催している『そのまま眠れるリラックスヨガ』はリラックスを主眼に置いていますが、それをベースにしつつも“リカバリー”要素をプラスしたプログラムにすることにこだわり、頭から足先まで全身をケアできる動きを取り入れました。

日頃から運動・スポーツをする方はもちろん、毎日頑張っている方々が自分「お疲れさま」と声をかけるように、本イベントが自身をいたわる時間を作るきっかけになればと願っています。ぜひ、一緒に心身の緊張をほぐしていきましょう。

〈プロフィール〉

北海道出身。前職は声優、広告営業マン。

多忙な会社員時代にカラダと心のバランスが崩れ鬱を経験。自身の心身の健康の為にヨガを初め 2014 年ヨガインストラクターとしての活動を開始。これまで某大手ホットヨガスタジオで 2 期連続トップインストラクターに選出され、全国のスタジオでのレッスンやヨガイベント・



TV 出演などをつとめる。現在はフリーランスとして活動の場を広げてヨガスタジオに足を運ぶ時間のないオフィスワーカーの方々に、ヨガで一息つき心身を整えてもらいたいという想いから企業ヨガをメインに活動中。

【所有資格】

全米ヨガアライアンス 200 / メンタルヘルスケアヨガ / ストレスオフトレーナー / 産後ママのためのメンテナンスヨガ / 高津文美子式フェイシャルヨガ / 肩甲骨ヨガ® / シニアヨガ / マタニティヨガ / チェアーヨガ / セロトニン認定講座修了

【泉 建史先生コメント】

自分の身体を見つめ直してはじめて、運動ができる、健康な身体を手に入れられると実感しており、現代社会では、身体を「休める」ことが一つのキーワードであると考えています。自分の身体を「休養」によって守ることで心も健康になるなどウェルネスの輪が広がると思い、このたび一緒に取り組みをさせていただくこととなりました。

現代の忙しい日々を送られている方々が自身の身体と対話をして欲しいという願いをこめて、このたびリカバリーヨガを監修しました。1 日のうちに少しでも「緊張している」と感じられている方に、ぜひご参加いただきたいです。日本では身体を動かすことについて考えスポーツを楽しむ「スポーツの日」がありますが、その他に本イベントがウェルネス・健康について振り返る機会となることを心より祈っています。



〈プロフィール〉

フィジカルトレーナー。国内・海外スポーツ分野で活躍。現在、複数の日本代表チーム(日本オリンピック委員会強化医科学スタッフ)や世界的な規模のプロスポーツ機関でフィジカル育成強化を担当。国際団体 N S C A のジャパンアワード授賞式で日本の最優秀指導者賞を受賞。また長年、国際教育団体で全国のスポーツトレーナーの教育に関わり、行政のスポーツ健康応援プロジェクトでは各世代に向けた「簡単にできる身体チェック」をはじめ「誰でもできる姿勢づくりエクササイズ」を紹介し、幅広い分野で活動中。

【ベネクスについて】

健康のための 3 大要素「運動」「栄養」「休養」の中で、パフォーマンスを向上させるために必要な「休養」に着目。休養時専用の「リカバリーウェア」の開発、製造、販売を行っています。創業は「床ずれ予防マットレス」を開発、販売する介護用品メーカーとしてスタート。現在は、ケアという発想に基づいたリカバリーに関わる商品開発を行っています。

「人間が本来持っている自己回復力を最大限に発揮させること」をコンセプトに、東海大学、神奈川県、当社との産学公連携事業により誕生した「リカバリーウェア」は、エビデンス（科学的根拠）の取得や安全性を重視した開発を行い、「休養時専用ウェア」として 2010 年 2 月の発売以降、疲労回復や安眠のサポートを目的として日本代表選手らスポーツ関係者はじめ多くの方に愛用されています。現在は、豊富な商品展開を行い、全国の主要百貨店やオンラインショップで販売。これまでにシリーズ累計 140 万着（2022 年 6 月 15 日時点）の販売実績を記録するヒット商品となっています。

「ベネクスリカバリーウェア」は、2013 年にドイツで行われた世界最大のスポーツ用品見本市「ISPO」で日本企業初の金賞を受賞。また、2018 年 9 月には、「休養時専用ウェア」として、県民の未病改善の促進及び未病産業の市場拡大に向け、未病の見える化や未病の改善に貢献できる信頼性のある優れた商品・サービスを認定する神奈川県の「ME-BYO BRAND（未病ブランド）」にも認定されました。その翌年 2019 年には、日本健康医療学会から健康医療に役立っている製品を開発、生産、販売する会社、団体等に向けて贈られる「第 7 回 健康医療アワード」を受賞しています。

■「リカバリーウェア」を支える 2 つのメカニズム

1. 特殊繊維「PHT（Platinum Harmonized Technology）」

当社独自の先端テクノロジーを駆使し、ナノプラチナなどの鉱物（特許取得名称：DPV576）を繊維 1 本 1 本に練りこんで開発したポリエステル製の「PHT」繊維。この「PHT」を使用して作った「リカバリーウェア」は、休養時の体を優しく包み込み、体力が回復しやすい環境を整え、心身の「休養」をサポートします。

2. 休養時の着心地のよさを追求した仕様とデザイン

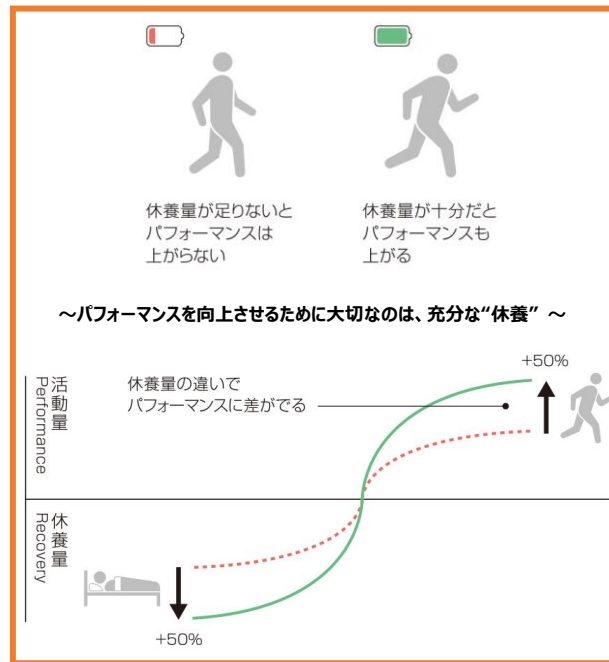
体を締め付けないノンコンプレッションデザインでゆったりとした着心地を実現。素材や縫製、カッティングにもこだわり、睡眠中、家でのリラックスタイムやスポーツ直後、移動中など、あらゆる休養シーンにおいて、ゆったりとした着心地で体に余計なストレスを感じさせない心地よさを追及しています。

〈「ベネクスリカバリーウェア」の評価〉

スポーツ：2013年「ISPO」金賞受賞

社会：2018年「ME-BYO BRAND（未病ブランド）」認定

健康：2019年「健康医療アワード」受賞



【株式会社ベネクス 概要】

法人名： 株式会社ベネクス

代表： 代表取締役 中村 太一

所在地： 〒243-0018 神奈川県厚木市中町 4-4-13 浅岡ビル 4 階

電話： 046-200-9288

設立： 2005年9月30日

事業内容： 休養・睡眠時専用「リカバリーウェア」の開発、製造、販売

ホームページ： <https://www.venex-j.co.jp/>