

自宅と公園などの身近なインドア・アウトドア環境で、
ひとりでも、気軽にフィットネス効果を体感することができる

「WALK/RUN」 x 「YOGA」 x 「音楽」 スペシャルフィットネスプログラム “WALKMAN” meets “way”

スペシャルサイト : sony.jp/walkman/way/

もっと気軽に、美しく、体を動かそう。

防水仕様ヘッドホナー体型“ウォークマン” NWD-253
2010年5月22日(土) 新発売

いつものフィットネスに音楽をプラスすれば、よりいっそう開放的に。



ソニーマーケティング株式会社は、防水仕様(※1)を実現し、スポーツをしながらでも軽快に音楽を楽しめるヘッドホナー体型の“ウォークマン”Wシリーズ『NWD-W253』を5月22日(土)に発売いたします。

この発売に合わせ、株式会社BEACH TOWN(※2)が提案するアウトドア(ランニングとウォーキング)とインドア(ヨガ)を組み合わせた、ハイブリット型フィットネスアプリケーション“way”(※2)とコラボレーションしたスペシャルプログラムの提供を開始致します。

ただ、ウォーキング、ランニングするなどの「有酸素運動」するだけでなく、筋コンディショニングや呼吸法「ヨガ」を組み合わせることにより、とても効率よくフィットネス効果を得ることができます。そこに、音楽を取り入れれば、よりいっそうの開放感を得ることができます。

音楽のリラックス効果で、無理なく続ける

好きな音楽を聞いているうちに、心が穏やかになったり、気持ちが落ち着いたり。そんな経験が誰にもあるように、音楽には緊張をほぐすリラクゼーションの効果があると言われています。休憩時の気分転換やクールダウンのときなどには、この音楽のリラックス効果を利用しましょう。

好きな音楽を聴いて、気持ちよくトレーニングを終えることが、無理なくトレーニングを続けるコツのひとつです。

(※1)JIS 防水保護等級 IPX5(噴流に対する保護等級)に適合。内径6.3mmのノズルを用いて、約3mの距離から約12.5L/分の水を3分以上注水する条件で、あらゆる方向からの水の直接噴流によっても、本体機能を保ちます。

(※2)「株式会社BEACH」「way」に関しましては、3ページをご参照ください。

本件に関するお問い合わせ

ソニーマーケティング(株) 宣伝企画部 “WALKMAN” PR事務局 (株アンティル) 担当: 山村/山岡/菊地
TEL: 03-5572-6063 / FAX: 03-5572-6065 mobile:090-5302-1722(山村)、080-1923-2592(山岡)
E-mail: m-yamamura@vectorinc.co.jp / t-yamaoka@vectorinc.co.jp

自由な動きを邪魔しない・・・“ウォークマン”Wシリーズの
 スペシャルフィットネスプログラム “WALKMAN” meets “way” (sony.jp/walkman/way/)



ランニングやヨガ、ウォーキング人口の増加(※3)に象徴されるように、競技としてのスポーツだけでなく、ライフスタイルにフィットネスを取り込む人が増えてきています。

そんなライフスタイルをおくる方々に向けて、インドアでも、アウトドアでも体を動かしながら、気軽に音楽を身に着けることができる防水仕様(※1)を実現したヘッドホン一体型の“ウォークマン” Wシリーズは、株式会社BEACH TOWN(※2)が提案する新しいフィットネスアプリケーション“way”(※2)とコラボレーションし、“WALKMAN” meets “way”スペシャルフィットネスプログラムを提供開始することになりました。

このプログラムは、コーチングムービーとミュージックプログラムで構成されており、その二つを組み合わせることにより、自宅と公園などの、身近なインドア・アウトドア環境で、気軽にフィットネス効果を体感することができます。スペシャルプログラムは、“WALKMAN” meets “way”スペシャルサイト(sony.jp/walkman/way/)より、無料ダウンロードできます。

<コンテンツ内容>

◎ “WALKMAN” meets “way”コンセプトムービー 3分

◎ “WALKMAN” meets “way” コーチングムービー

ウォーキング編 5分

ランニング編 5分

ヨガ編 30分

◎ “WALKMAN” meets “way” ミュージックプログラム

25種類の楽曲(※4)を組み合わせることにより、自分の選んだフィットネスプログラムに最適な時間に合わせたミュージックプログラムを楽しむことができます。

(※4)6月3日までは13曲のみ。6月4日以降25曲予定

参考資料

「way」とは・・・

「way=有酸素運動+コンディショニング」

wayは、株式会社BEACH TOWNが提案するINDOORとOUTDOORのハイブリッド型フィットネスアプリケーション。ウォーキング、ランニングなどの「有酸素運動」と、筋コンディショニングや呼吸法「ヨガ」を組み合わせることにより、とても効率よくフィットネス効果を得ることができます。両方をバランスよく行なうことで、カラダのより多くの部位、そして機能を活用できるようになります。

また、意識できる部分が増えれば、カラダはより自由自在に動いてくれるようになり、理想とするカラダに確実に近づいていきます。

都市型アウトドアフィットネス 「継続への新しい道」

「空を見上げて、大きく息を吸い込む」

忙しい日々の中で、空を見上げて一息つく余裕を忘れずにいる。そのほんの少しの余裕が心身をリラックスさせ、しいては人生を豊かにすることにつながるのではないかとBEACH TOWNは考えます。wayを通じて心身のリラックスを感じることで、ほんの少しの余裕を取り戻し、さらには人生が豊かになるお手伝いをいたします。

「コミュニティの創出」

wayでは、OUTDOOR FITNESSの特徴でもあるコミュニティの創出を促します。OUTDOOR FITNESSの要素にINDOOR FITNESSを組込むことによって、クラブハウスが街のハブとなり、フィットネスを楽しく「継続」していくことへとつなげていきます。

「株式会社BEACH TOWN」とは・・・

株式会社BEACH TOWNは「アウトドアフィットネス®」、「メディカルフィットネス」、「環境マネジメント」を融合し、地域の特性を活かし、従来のフィットネスビジネスでは成し得なかったプログラム、スポーツ・健康増進施設づくりをご提供します。

また、アウトドアフィットネスを通じて、「人と人」、「人と街」、「人と文化」、さまざまなものやこと、人とのつながりを通じたたくさんのコミュニティを創出しています。

「アウトドアフィットネス®」とは・・・

VISION・・・「アウトドアスポーツ」「フィットネス」「メディカル」を通じた、自然と社会の融合

THEME・・・「生命力」「Wellness」

「自分のいのち、社会のいのち、地球のいのち」

健康増進、地域活性、環境保全という3つのテーマの融合をはかり、各地で「その地域ならではのフィットネス」が展開されます。

アウトドアフィットネスとは、街中、公園などでのランニングやヨガ、太極拳、ノルディックウォーキングなど、水辺では、サーフィン、カヌーなど。インドアの装置に頼らず、いつでもどこでも老若男女問わずに楽しめ、さらに、地域や街、自然とのつながりが生まれるの総称です。

本件に関するお問い合わせ

ソニーマーケティング(株) 宣伝企画部 “WALKMAN” PR事務局 (株)アンティル 担当: 山村/山岡/菊地
TEL: 03-5572-6063 / FAX: 03-5572-6065 mobile:090-5302-1722(山村)、080-1923-2592(山岡)
E-mail: m-yamamura@vectorinc.co.jp / t-yamaoka@vectorinc.co.jp