

「メガロス・マイベスト応援プログラム」概要

事業・活動名	メガロス・マイベスト応援プログラム
主催団体名	野村不動産ライフ&スポーツ株式会社
開催場所	スポーツクラブメガロス 全国44店舗
事業概要	
具体的な支援内容	<p>【メガロス会員（大人）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・会員のマイベスト目標の設定や、クラブ内のマシン利用やスタジオレッスン等を通じた行動を、トレーナーが随時アドバイスを行うなどによりサポート。 <p>【スクール会員（子供）】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・スイミング、テニス、体育の各スクールにおいて、コーチがマイベスト目標の設定や目標達成に向けた行動を指導。
対象者	メンバー向け
マイベスト目標の例	<p>【メガロス会員】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・体脂肪 ・体重 ・マラソン等の走行タイム ・ベンチプレス等の重量 ・柔軟性 <p>【スクール会員】</p> <ul style="list-style-type: none"> (スイミング) ・各泳法の習得、タイム (テニス) ・試合での勝利数 ・技術習得 (体育) ・縄跳びの技、前転後転等の動きの習得
参加者が行動を継続するための工夫	<p>【メガロス会員】2020年7月24日時点の自分に宛てた手紙を書くとともに、定期的に測定会等を設定し、チャレンジを共有する。</p> <p>【スクール会員】「マイベストカード」を作成し、マイベスト目標を記載。また、日々のチャレンジを記録する記録書に、記録更新や技術習得の際に認定印を押印。また、指導内容を家族とも共有し、家族からの応援も促す。</p>
URL	http://www.megalos.co.jp/