

## 「JOYFIT マイベスト応援プログラム」概要

事業・活動名	JOYFIT マイベスト応援プログラム
主催団体名	株式会社ウェルネスフロンティア
開催場所	スポーツクラブ JOYFIT 各店舗
事業概要	
具体的な支援内容	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 体組成計による体重・体脂肪などの体成分の測定結果を用いて、会員が改善目標を設定。担当スタッフが会員の目的や体力にあったメニュー作成を行い、同じスタッフが最後まで責任を持って指導。</li> <li>・ メニューは比較的軽めのベーシックから始め、順に運動量を増やす形でステージ4まで計5段階用意。ステージ更新時にカウンセリングを実施。</li> <li>・ メニューは持ち帰り、いつでも内容を見ながら運動可能。メニューのコメント欄にはスタッフからのアドバイスも記載。</li> </ul>
対象者	会員向け
マイベスト目標の例	・ 体重 ・ 筋肉量 ・ 体脂肪率 ・ 内臓脂肪量
参加者が行動を継続するための工夫	・ 一段階クリアするごとにプレゼントを用意。チャレンジ終了後は「修了証」を授与。
URL	<a href="https://wellness-frontier.co.jp/">https://wellness-frontier.co.jp/</a>