

2005年10月1日

報道関係者各位

〇〇〇株式会社

**今、首都圏の若い女性に大人気のホットヨガスタジオ
『HOT YOGA STUDIO 〇〇(ホットヨガスタジオ〇〇)』
10月から遂に〇〇〇に初上陸！**

現在、首都圏のOL・主婦を中心に『ホットヨガ』が大・大・大ブレイク中！！
皆様お待たせいたしました！既に関東で各メディアに取り上げられ女性の間に
ホットヨガ旋風を巻き起こしている、あの『ホットヨガスタジオ〇〇』がついに
〇〇〇に初上陸です！！

最近、女性の間で大注目の『ホットヨガ』ですが、他のヨガと最も違うところは「温度」と「湿度」です。通常、スタジオ内の温度を38℃、湿度を65%に保っており、その暖かいスタジオ内で60分または90分のヨガを行うことで、筋肉が伸縮しやすくなり、体の硬い人でも無理なく柔軟性が増してきます。

また、温度と湿度のバランスから大量の汗をかきます。『ホットヨガ』を初めて体験された方はまずこの汗の量にびっくりされます。レッスン中に多い人で1リットル以上のお水を飲みながらポーズをとる為、効率よく身体の水分循環が行われます。汗をかくことにより、毛穴に詰まった汚れや老廃物が排出されて、新陳代謝も促進されます。

瑞々しいお肌になるだけでなく、体内の毒素を洗い流してくれるので、病気に負けない身体を作り上げ、ストレス解消にも大変役立ちます。さらに、体内の余分な脂肪を燃焼するので、ウエストが引き締まり効果的で驚異的なダイエットができます。その他、骨盤や背骨の歪みを治し、冷え性や身体のだるさを取りながら、心と身体の両面から、健康で理想的なボディメイクが実現できるのです。

- 新店舗 10月 1日オープン予定：ホットヨガスタジオ〇〇 〇〇店
(〇〇駅前、〇〇ビル9F)
11月13日オープン予定：ホットヨガスタジオ〇〇 〇〇店
(〇〇交差点角、〇〇ビル5F)

- 会社概要 〇〇〇株式会社 ホットヨガ事業部
東京都〇〇区〇〇1-2-3 〇〇ビル5F
TEL：03-1234-5678 (代)

プレス関係者の皆様にはレッスンを直に体験していただくことも考えております。
ご多用のところ誠に恐縮とは存じますが、各店舗オープンの際には、何卒ご取材
のご検討を宜しくお願い申し上げます。

<取材・掲載記事その他に関するお問い合わせ>

〇〇〇株式会社 ホットヨガ事業部
担当：山田太郎
東京都〇〇区銀座1-2-3 〇〇ビル5F
TEL：03-1234-5678 FAX：03-1234-5679
e-mail：info@sample.com

関連URL
<http://www.sample.com>