

2026年 7月14日

女性専用マシンピラティス「スターピラティス」に 骨盤底筋トレーニングプログラムが新登場

札幌駅前・博多祇園でフェムケア新メニュー「膣トレ」を導入、
足裏から身体を目覚めさせる独自のレッスンプログラムも展開。

創業108年、ココロとカラダの健康を支える北海道札幌市のウェルネス企業、SDエンターテイメント株式会社(本社:北海道札幌市、代表取締役社長:塩田 徹、東証スタンダード市場、証券コード:4650)が展開する女性専用マシンピラティススタジオ「STAR Pilates(スターピラティス)」は、スターピラティス札幌駅前スタジオおよび博多祇園スタジオにて、フェムケア新メニューとして、骨盤底筋にアプローチするトレーニングプログラム「膣トレ」を導入いたします。



本プログラムは、骨盤底筋トレーニングチェア「ルネチェア」を使用し、服を着たまま座るだけで骨盤底筋へアプローチする新メニューです。

スターピラティスでは、マシンピラティスを中心に、足裏から身体の感覚を目覚めさせる「スパークマット」を取り入れた独自のレッスンプログラムを展開しています。さらに、美容ケアをサポートするセルフエステなども組み合わせ、女性のライフステージに寄り添うサービスを提供しています。

今回の骨盤底筋トレーニングプログラム導入により、マシンピラティス、骨盤まわりのケア、スパークマットを取り入れたレッスンプログラム、美容ケアを組み合わせ、女性が自分の身体と向き合う習慣づくりをサポートしてまいります。

●導入の背景

女性のライフステージに寄り添い、無理なく続けられる「整える習慣」を

女性の身体は、年齢やライフステージによって大きく変化します。

仕事や家事、育児などで忙しい日々のなかでは、自分の身体の変化に気づいていても、ケアの時間を後回しにしてしまう方も少なくありません。

特に、姿勢や体幹、下腹部まわり、骨盤まわりの感覚は、日常生活の中では意識しづらく、運動習慣がない方にとっては、何から始めればよいかわかりにくい領域でもあります。

スターピラティスは、マシンピラティスを通じて姿勢や体幹、ボディラインにアプローチするだけでなく、女性が自分の身体と向き合い、無理なく整える習慣を持てる場所でありたいと考えています。

今回の骨盤底筋トレーニングプログラム導入により、日常生活では意識しづらい骨盤まわりのケアを、より気軽に、無理なく取り入れられる環境を整えてまいります。

●フェムケア新メニュー「膣トレ」について

今回、札幌駅前スタジオおよび博多祇園スタジオに導入するのは、骨盤底筋トレーニングチェア「ルネチェア」を使用したフェムケアメニューです。

スターピラティスでは、プログラム名を「膣トレ」とし、日常生活では意識しづらい骨盤底筋へアプローチする新しいコンディショニングプログラムとして提供いたします。

「ルネチェア」は、服を着たまま座るだけで骨盤底筋へアプローチできるトレーニングチェアです。着替えを必要とせず、身体への負担を抑えながら取り入れやすいことから、運動が苦手な方や、忙しくてトレーニング時間を確保しにくい方にも利用しやすいフェムケアメニューとして展開いたします。

プログラム概要

プログラム名	膣トレ
内容	骨盤底筋トレーニング
導入スタジオ	スターピラティス札幌駅前スタジオ スターピラティス博多祇園スタジオ
時間	30分
利用方法	予約制
利用チケット	1回につきチケット1枚
追加利用	追加チケット制／1枚 2,500円(税込2,750円)

2026年 7月14日

スターピラティスの月2回・月4回プランでは、月内の利用回数分を、マシンピラティスだけでなく対象メニューにもご利用いただけます。

札幌駅前スタジオでは、膕トレのほか、水素吸入、酸素カプセルにも利用可能です。

博多祇園スタジオでは、マシンピラティス以外の対象メニューとして膕トレをご利用いただけます。

月内の利用回数を超えて利用したい場合は、追加チケットをご購入いただくことで利用回数を増やすことができます。

●足裏から身体にスイッチを入れる、スターピラティス独自のレッスン設計

スターピラティスでは、マシンピラティスのレッスン前に、凹凸のある「スパークマット」を使用した独自のウォーミングアップを取り入れています。

スパークマットで足裏を心地よく刺激しながら、腕や手指も一緒に動かすことで、身体の感覚に意識を向けやすくします。

いきなりリフォーマーエクササイズに入るのではなく、まずは足元から身体にスイッチを入れ、メインレッスンへ進む流れが、スターピラティスの特徴です。

運動が久しぶりの方や、マシンピラティスが初めての方でも、身体の感覚を目覚めさせてからレッスンに入ることで、より安心して取り組みやすいプログラム設計としています。

レッスン全体を通して、姿勢・体幹・柔軟性・ボディラインに丁寧にアプローチし、心地よく身体を整えていきます。

●スターピラティスについて

スターピラティスは、初心者でも安心して通える女性専用マシンピラティススタジオです。ピラティス専用マシン「リフォーマー」を使用し、バネの負荷やマシンのサポートを活用しながら身体を動かすことで、姿勢や体幹、柔軟性、ボディラインにアプローチします。運動が苦手な方やピラティスが初めての方でも、無理なく取り組みやすいことが特徴です。

スターピラティスでは、マシンピラティスによる「しなやかに整える」習慣に加え、骨盤底筋トレーニングプログラム「膕トレ」による骨盤まわりのケア、スパークマットを取り入れた「目覚める」レッスンプログラム、セルフエステによる「磨く」美容ケアを組み合わせ、女性の身体づくりを多角的にサポートしています。

セルフエステは、プロ仕様のセルフエステマシンを使用し、気になる部位を自分のペースでケアできるサービスです。スターピラティスのメンバーは、1日1回30分無料でご利用いただけます。

2026年 7月14日

今後もスターピラティスは、女性専用マシンピラティススタジオとして、マシンピラティスを中心に、フェムケアや美容ケア、コンディショニングメニューを拡充し、女性が無理なく自分の身体と向き合える時間を提供してまいります。

●スタジオ概要

スタジオ名	スターピラティス札幌駅前スタジオ
所在地	〒060-0001 北海道札幌市中央区北1条西4丁目2-12 札幌グランドホテル別館5F
アクセス	札幌駅前通地下歩行空間(チ・カ・ホ)直結
主な設備	マシンピラティス(リフォーマー)、水素吸入、酸素カプセル 骨盤底筋トレーニングチェア
スタジオ名	スターピラティス博多祇園スタジオ
所在地	〒812-0037 福岡県福岡市博多区御供所町1-9 博多セントラルビル2F
アクセス	地下鉄空港線祇園駅4番出口すぐ
主な設備	マシンピラティス(リフォーマー)、セルフエステマシン 骨盤底筋トレーニングチェア
電話番号	0120-945-956
公式サイトURL	https://sdentertainment.jp/023



● 会社概要

会社名	SDエンターテイメント株式会社
所在地	北海道札幌市白石区南郷通1丁目北8番1号
代表者	代表取締役社長 塩田 徹
設立	1954年5月26日
URL	https://sdentertainment.jp/024
事業内容	企業主導型保育事業、就労継続支援事業、フィットネス事業、ジュニアスクール事業、介護(通所/訪問)事業、オンラインクレーンゲーム事業などを通じて、お客様の生涯に寄り添ったウェルネスサービスを展開しています。

【本件に関するお問い合わせ先】

SDエンターテイメント株式会社 担当：松倉

〒003-0023 北海道札幌市白石区南郷通1丁目北8番1号

電話：011-806-0571 / 070-1456-6720

メールアドレス：wellness_mpd@sdenet.co.jp

STAR★Pilates

※スターピラティス(商標登録番号:第6886808号、商願2024-065486)は、SDエンターテイメント株式会社の登録商標です。