OTOFITTO

オトフィット

世界チャンピオンが、
あなたの会社に来る。

音楽 × 体操の新感覚・参加型ウェルネス研修。
世界レベルの専門家が、社員が自然に動き出す時間をつくります。



導入のご案内

株式会社スポルアップ × 株式会社モテコロ
https://spollup.jp/otofitto/

WHY OTOFITTO

こんな課題、ありませんか？

COMMUNICATION
部署・世代を超えた
交流が生まれない

HEALTH
健康経営の施策が
形骸化している

MOTIVATION
座学研修が
盛り上がらない

オトフィットは、世界タイトルホルダーのコーチ陣とプロ音楽家による生演奏×体操の参加型プログラム。「やらされ研修」ではなく、社員が自然に身体を動かし、笑い、声を出す90分をお届けします。

OUTCOMES

経営者が得られる4つの成果

01 健康経営施策としての即戦力

健康経営優良法人の認定で問われる「具体的な取り組み」として、そのまま社内記録に残せます。専門人材・特別な設備は不要。年1回の単発実施から始められます。

02 部署・年齢を超えた一体感

生演奏、手拍子、会場内ウォーク、コール&レスポンス。役職も部署も年齢も超えて、普段は話さない社員同士がコミュニケーションを取れる90分です。

03 全員が無理なく参加できる安全設計

運動経験は問いません。ジャンプなしの代替動作、20〜25分ごとの給水、任意参加の演出。年齢差・体力差のあるチームでも、置き去りにする人を作らない設計です。

04 継続的な健康改善とストレス発散

有酸素・自重・ライトHIIT・コアトレを、音楽に乗せて90分。運動不足、姿勢の崩れ、溜まったストレスを一度にケア。「またやりたい」の声が自然に上がります。

PROGRAM

プログラム概要

形式・時間	**出張型（会場不問）／ 60〜90分** 貴社の会議室・ホール・体育館など、普段の場所で実施できます。応相談。
対象	**全社員・全年齢層対応（運動経験不問）**
対応エリア	**全国対応可** 交通費別途ご相談
内容	**体操・姿勢改善 × ライブ演奏・リズム運動**

TIMELINE

当日の流れ（90分の例）

0-15min
オープニング
生演奏でスタート。手拍子とコール&レスポンスで空気をほぐします。

15-40min
姿勢・体操パート
世界レベルのコーチが正しい姿勢と動きを指導。デスクワークの疲れをリセット。

40-70min
リズム運動パート
有酸素・自重・ライトHIITを音楽に乗せて。笑いと汗が出るメインパート。

70-90min
クールダウン
コアトレとストレッチで整えて、全員で記念撮影。達成感で締めくくります。

安全への配慮

- ✓ ジャンプなしの代替動作を全メニューに用意（膝・腰に不安がある方も参加可）
- ✓ 20〜25分ごとの給水タイムと、任意参加の演出設計
- ✓ 鍼灸師国家資格保有のトレーナーが帯同し、痛み・疲労をその場でケア

COACHES

世界レベルの出演チーム



世界大会 優勝

横関 裕二

ボディビル・クラシックフィジーク

ARNOLD CLASSIC EUROPE 2024 優勝／JBBF現役日本代表／NSCA認定パーソナルトレーナー／中高保健体育教諭免許



世界大会 入賞

森 更紗

健康・姿勢改善

ラート世界選手権 団体2位／シルホイール世界選手権 個人3位／筑波大学 体育専門学群出身／健康運動指導士



世界チャンピオン

青柳 呂武

音楽・口笛

国際口笛大会IWC2014 グランドチャンピオン（史上最年少・日本人男性初）／東京藝術大学大学院修了／NHK・TBS等 TV多数出演

音楽は**すべて生演奏**。東京藝術大学出身のピアニストを中心に、プロギタリスト・シンガーの**音楽サポートチーム（株式会社モテコロ）**が、会場の盛り上がりに合わせてリアルタイムに演奏を変化させます。

さらに、楽天・Amazon出身で230社超のEC事業を支援してきた**スポルアップ代表・山本**が経営者目線で音頭をとり、鍼灸師資格を持つ**コーチ井上**が参加者の身体をその場でケア。運営から安全管理まで、チーム全員で伴走します。

PRICE

料金プラン（1回あたり・税別・交通費別途）

UME
ライト
¥180,000（税別）

- コーチ1名＋音楽サポート
- 60分プログラム
- ～30名規模
- 初めてのお試し実施に

人気No.1

TAKE
スタンダード
¥280,000（税別）

- 世界タイトルホルダー1名＋生演奏
- 90分フルプログラム
- ～80名規模
- 社内イベント・健康経営施策に

MATSU
プレミアム
¥450,000（税別）

- 世界タイトルホルダー複数名出演
- フルバンド編成の生演奏
- 90分＋実施後レポート
- 人数・内容は応相談

初回導入キャンペーン

通常 ¥280,000 のスタンダードプランを、
今なら特別価格 **¥100,000**（税別）でご提供

※ 初回導入企業様限定。適用条件・実施可能日程は、お問い合わせ時にご確認ください。

FLOW

導入までの流れ

1
お問い合わせ
フォーム・メール・電話

2
お打ち合わせ
目的・人数・会場の確認

3
当日実施
最短1ヶ月で実施可能

お問い合わせ

TEL：050-4560-2385
MAIL：info@spollup.jp
WEB：https://spollup.jp/otofitto/

運営：株式会社スポルアップ（Spollup inc.）
東京都調布市布田1-43-2 グレースメゾン谷中 N棟204
企画・音楽：株式会社モテコロ
主要取引先：楽天グループ／Amazon／TBSテレビ／日本テレビ／テレビ朝日／ミズノ