

法人向けオンライン・出張ヨガ



# ビズヨガ

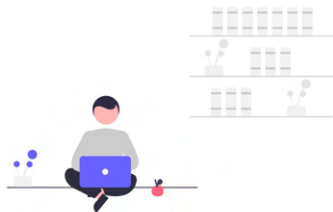
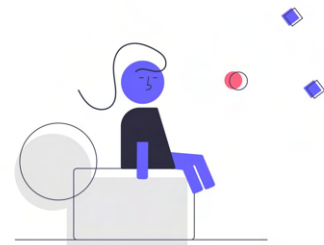
3分でわかるビズヨガ



 Rezony

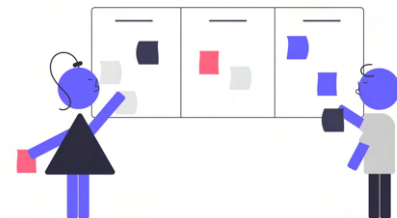
## 1. 健康問題を抱える従業員の増加

テレワークにより一日の大半を自宅で過ごし、運動したりコミュニケーションを取る機会が減ったことにより、適切なストレス解消が出来ていない。



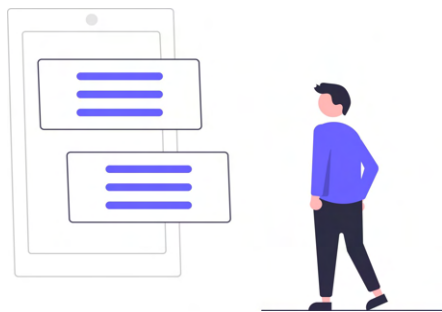
## 2. 従業員のパフォーマンス低下

従業員の生産性を高められるよう施策を実行しているが十分な効果が出ない。個人のパフォーマンス低下により組織の一体感も損なわれている。

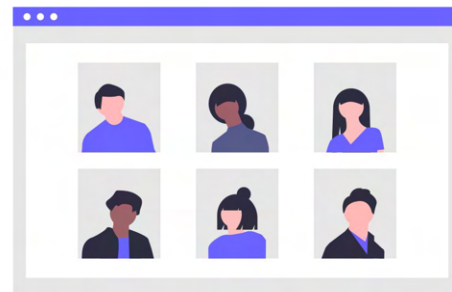


## 3. 離職者の増加

グループ会社や部署間のコミュニケーション不足により、帰属意識が低下し、離職者が増加している。



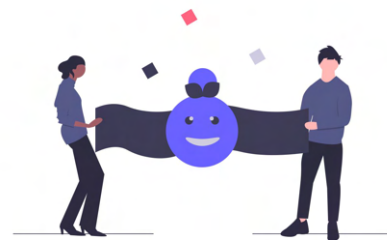
健康状態を調査する



ワークスタイルに合わせた  
レッスン形式



プログラムの企画・レッスン実施



社内イベント・セミナー企画・実施



A10 Lab



SMN



SEASIDE  
CREATIONS



## ■会社情報

大手鉄鋼メーカー労働組合

業種 : 製造業

資本金 : 非公開

区分 : 非上場

従業員数 : 6,000名以上

## ■会社状況

コロナ禍に入り、部署ごとに働き方を変更

## ■抱えている課題

健康問題の増加  
他部署とのコミュニケーション不足

## ■実施内容

オンラインマインドフルネスヨガ

## ■参加者の声

オフィスのデスクに座ったままできるヨガだったので、準備や後片付けなどもなく、気軽に参加できて良かったです。

## ■会社情報

SMN株式会社(ソニーグループ)

業種 : インターネット広告

資本金 : 9億9,100万円

区分 : 東証一部上場

従業員数 : 236名

## ■会社状況

コロナ禍で従業員は基本的にテレワーク推奨

## ■抱えている課題

参加者の数がなかなか増えず、取り組みの継続率が悪い

## ■実施内容

マインドフルネスのセミナー  
少人数制のオンラインマインドフルネス

## ■担当者の声

マインドフルネスの効果をしっかりと理解してから、少人数による丁寧な指導を受けることができたので、参加者の満足度は80%以上でした。

■今ならお試し価格での体験レッスンが実施できます！

## スタンダード

部署やセクション、営業所のグループで気軽にビズヨガのレッスンが受けられるプラン

従業員数2名～

**30,000円～**

## プレミアム

継続的なサポートで貴社の従業員に最適化されたビズヨガのレッスンが継続的に実施できるプラン

従業員数10名～

**70,000円～**

## エンタープライズ

ビズヨガで社員の福利厚生と健康増進に企業単位でデイリーに取り組まれる法人様向けのプラン

従業員数100名～

**300,000円～**

※記載の料金は1レッスンあたりの税抜価格です

※料金は参加人数や実施回数により異なるため個別でお見積り致します

※オンラインはZoom, Google meet, Microsoft Teams等に対応しております

## 1. ヒアリング

まずはお問い合わせフォームよりお気軽にご連絡ください。

お打ち合わせにて、課題感や目的、予算、実施規模などをお伺いさせて頂き、プログラムの企画をいたします。

## 2. アンケートの実施

アンケートにてご参加される方の属性、健康に関わるお悩みを事前に把握させていただきます。

出張プランをご検討の場合、最適なレッスンをご提供するため、会場見学が必須となりますこと、ご了承下さい。

## 3. プログラムのご提案

ヒアリングをもとに実施内容をご提案します。

プログラム実施後でも導入後のプログラム内容は変更することができます。

## 4. 初回レッスン

ご提案内容にご満足いただきましたら体験レッスンを行います。

レッスン後には従業員の方にご意見を伺い、ご導入後のプログラムの最終調整を致します。

レッスン実施まで最短10営業日



Bizyogaに関するご質問は何時でも承っております。  
 担当の越智宛に下記ご連絡先までお気軽にお問い合わせ下さい。

# 03-6822-3970

平日10:00-19:00

# info@rezony.com

