



**iDr.**  
**TRAINING**

会社概要資料

## 会社概要

|    |               |
|----|---------------|
| 社名 | 株式会社Dr.トレーニング |
|----|---------------|

|    |          |
|----|----------|
| 設立 | 2014年10月 |
|----|----------|

|     |            |
|-----|------------|
| 代表者 | 代表取締役 山口元紀 |
|-----|------------|

|       |                                    |
|-------|------------------------------------|
| 本社所在地 | 150-0021 東京都渋谷区恵比寿西1-30-1 シーズ代官山1階 |
|-------|------------------------------------|

|    |                                |
|----|--------------------------------|
| 店舗 | 東京：26店舗 神奈川：2店舗 大阪： 5店舗 兵庫：1店舗 |
|----|--------------------------------|

|      |          |
|------|----------|
| 事業内容 | ライフメイク事業 |
|------|----------|

|     |       |
|-----|-------|
| 資本金 | 500万円 |
|-----|-------|

|    |      |
|----|------|
| 年商 | 15億円 |
|----|------|

|      |      |
|------|------|
| 従業員数 | 150名 |
|------|------|

代表取締役社長

## 山口 元紀

### 活動内容：

ミスコン公式トレーナー歴任

Dr.ストレッチ 技術監修

海外研修(アメリカやスペインのプロスポーツチーム帯同)

一般社団法人予防医学トレーナー協会 代表理事

### 職歴（インターン含）：

ボストンレッドソックス

タンパベイレイズ

カンザスシティ・ロイヤルズ

### 資格：

- ・BOC-ATC（全米アスレティックトレーナーズ協会認定トレーナー）
- ・NASM-PES（全米スポーツ医学協会認定パフォーマンス向上スペシャリスト）

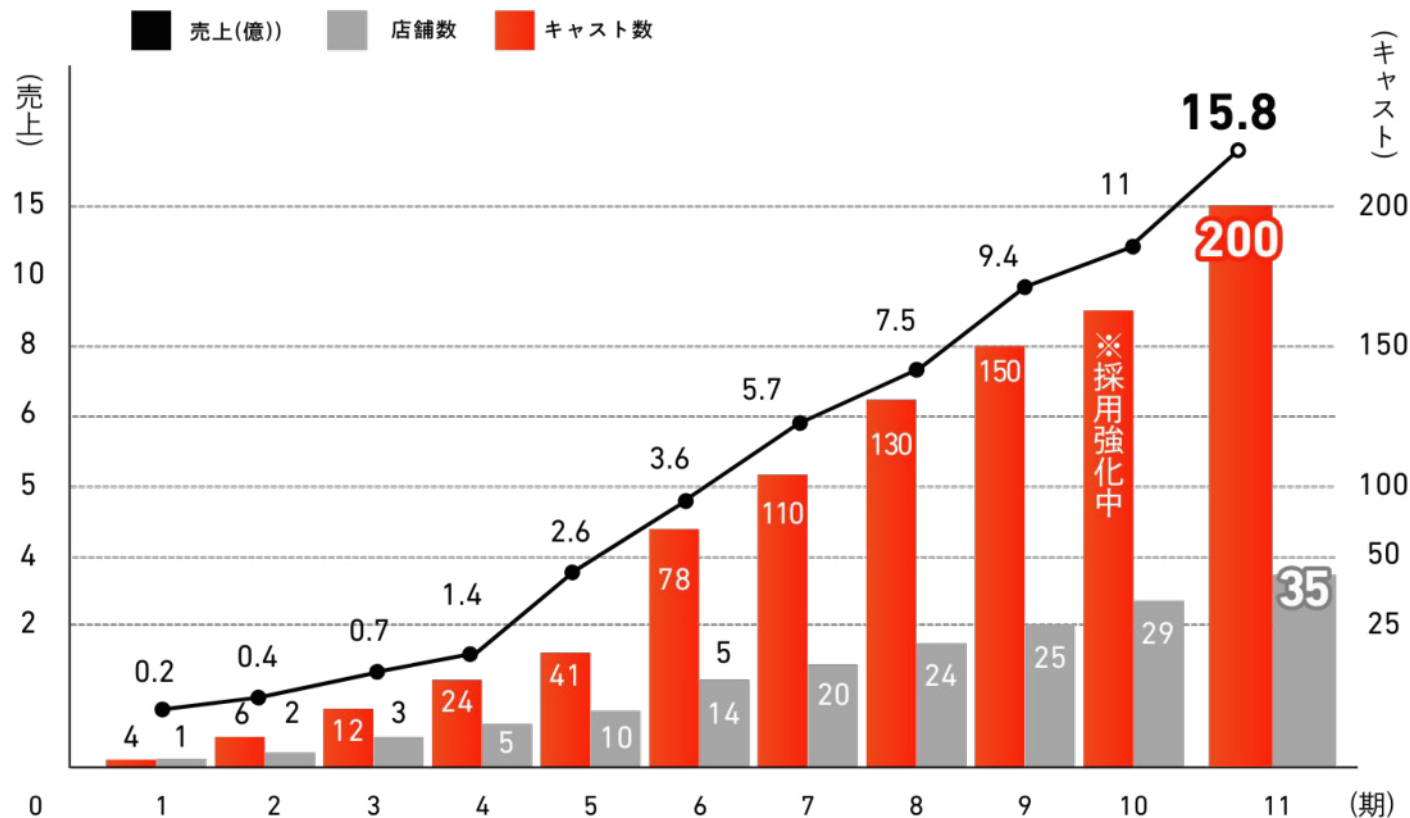
### 学歴

- ・日本大学 体育学科
- ・テキサス工科大学院 ATC学科



|            |                                                      |
|------------|------------------------------------------------------|
| ● 2014年10月 | Dr.トレーニング恵比寿店開店（パーソナル事業発足）                           |
| ● 2014年12月 | ミスワールドジャパン公式トレーナー就任                                  |
| ● 2018年8月  | トレーナー養成スクール事業発足                                      |
| ● 2019年9月  | 直営10店舗達成                                             |
| ● 2020年4月  | オンライントレーニング事業発足 / トレーニングボックス恵比寿店開店（セミパーソナル事業発足）      |
| ● 2021年1月  | B.LEAGUE プロバスケットボールチーム「アルバルク東京」スポンサー開始（プロスポーツ支援事業発足） |
| ● 2021年7月  | マタニティトレーニング専門ジム開店（マタニティ事業発足）                         |
| ● 2021年9月  | Dr.トレーニングラボ設立（サプリメント事業発足）                            |
| ● 2021年10月 | Dr.トレーニング関西エリア進出 / 直営20店舗達成                          |
| ● 2023年4月  | トレーニングボックスFC開始                                       |
| ● 2023年12月 | Dr.トレーニング神奈川エリア進出                                    |
| ● 2024年4月  | 兵庫エリア進出                                              |
| ● 2024年8月  | Dr.ピラティス（ピラティス事業発足）                                  |
| ● 2024年10月 | 直営30店舗達成                                             |
| ● 2025年3月  | 埼玉エリア進出                                              |
| ● 2025年4月  | 福岡エリア進出予定                                            |

# 事業成長 売上・店舗数・キャスト数の推移



## 11期予測値 (前年比)

↑  
43%

売上

**15.8億**

↑  
32%

キャスト数

**200名**

↑  
20%

店舗数

**35店舗**

メディア出演、講演会実績（主要一部のみ掲載）

| テレビ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 雑誌                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | 講演会                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <div data-bbox="102 309 255 443">  </div> <p>TBS<br/>ゴゴスマ出演</p> <div data-bbox="108 571 251 634">  </div> <p>テレビ東京<br/>WBS出演</p> <div data-bbox="96 773 260 832">  </div> <p>フジテレビ<br/>とくダネ！出演</p> <p>（その他、多数）</p> | <div data-bbox="714 257 842 416">  </div> <p>LEON掲載（特集）</p> <div data-bbox="714 430 842 585">  </div> <p>OCEANS掲載（特集）</p> <div data-bbox="714 618 842 792">  </div> <p>NEXT掲載（表紙、特集）</p> <div data-bbox="714 814 842 978">  </div> <p>Fitness Business(表紙、特集)</p> <p>（その他、多数）</p> | <p>ToB・イベント</p> <div data-bbox="1418 312 1514 386">  </div> <p>株式会社船井総合研究所</p> <div data-bbox="1688 331 1804 405">  </div> <p>レッドブル</p> <div data-bbox="1406 497 1522 552">  </div> <p>パフォームベタージャパン</p> <div data-bbox="1630 497 1862 541">  </div> <p>スポルテック</p> <p>学校法人</p> <div data-bbox="1379 710 1476 803">  </div> <p>順天堂大学</p> <div data-bbox="1553 710 1649 803">  </div> <p>関西大学</p> <div data-bbox="1727 710 1814 803">  </div> <p>環太平洋大学</p> <p>（その他、多数）</p> |

Mission

一瞬ではなく、一生モノの身体づくり。

Vision

Dr.トレーニングを世界の文化にする。

Value

世界基準を、身近に。 #最大効果と最大効率

# やりたいことが できないなんて、 不健康だ。

大好きな趣味。やりがいのある仕事。将来の夢。  
子どもとの約束。大切な人たちと過ごす時間。

健康を理由に、これらの生きがいを諦める人がいる。  
そんなの、悔しくないか。

私たちの使命は「一瞬ではなく、一生モノの身体づくり」。  
それを叶えるのは、医学的根拠に基づいたトレーニング、  
リハビリ、ニュートリション。

効果があるから習慣になり、習慣が健康をつくる。

やりたいことをやるために。守りたいものを守るために。  
だれかのために。そして、自分のために。

毎日のコンディションを整えて、人生最後まで健康で、  
エネルギーに。  
やりたいことをやってやろうじゃないか。

Dr.  
TRAINING



**医学の根拠 × 現場臨床 × 研修制度**

### 新人研修

解剖学の基礎、実技演習、マナー研修、カルテの書き方、70種類を超えるトレーニング種目を覚えます。期間は1ヶ月半前後となっており、デビュー後もフォローアップ研修でスキルアップを行います。



### OJT

月1回の全体勉強会、事業部ごとの勉強会など月10時間以上、定期的なスキルアップを行なっています。



### 基礎研修

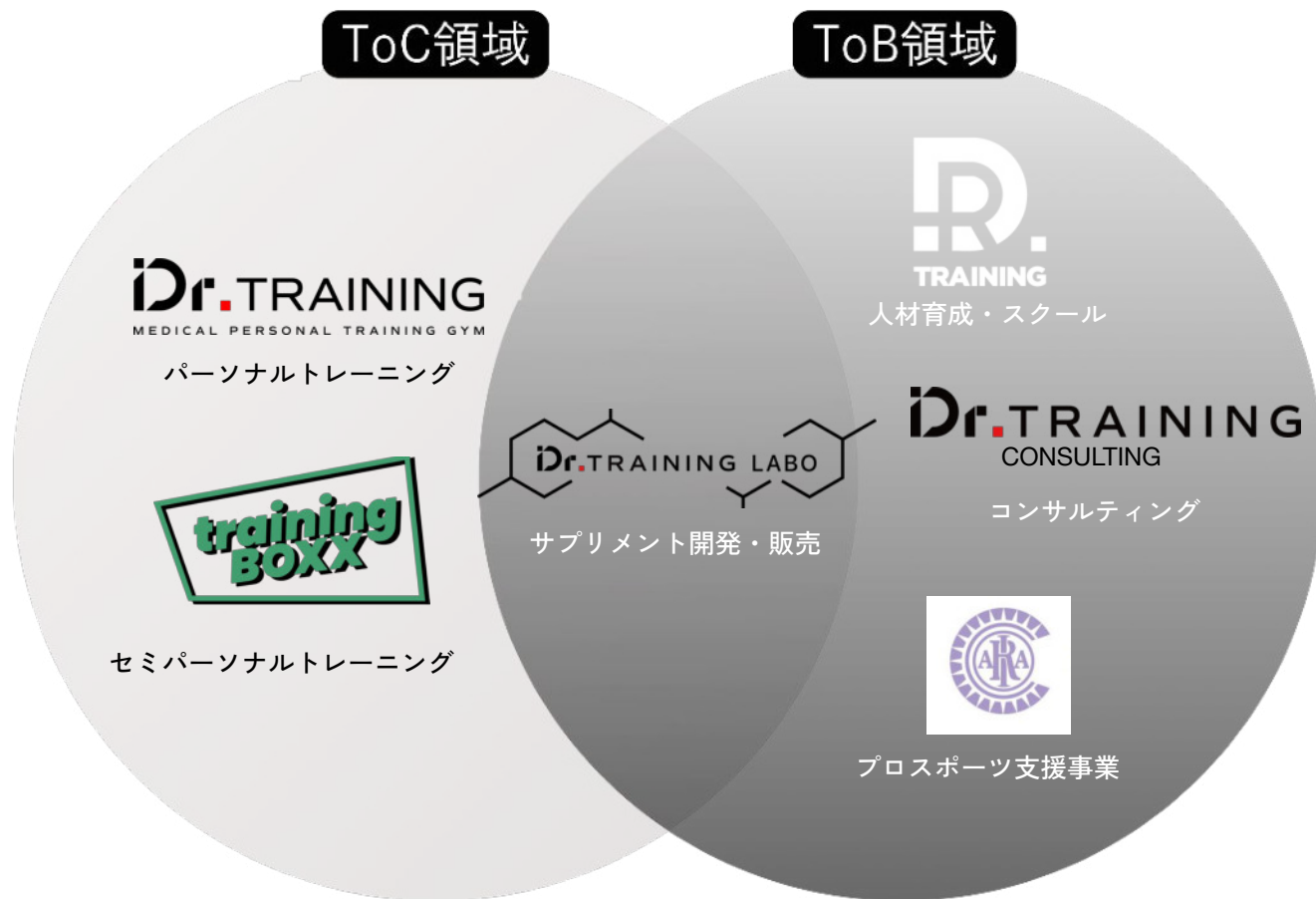
トレーナーとしてだけでなく、人間力、ビジネス力を育むためにさまざまなケースを事例とした「考え方」を学びます。山口代表からの直接講義をオンラインで実施しています。



### 海外研修

毎年選抜されたキャストが「ハワイ解剖学実習」や「アメリカ本土の施設見学」に参加します。







## 運動の無駄をゼロにする。

独自メソッドであるシンクロ率を基に、医学的根拠のある知識・技術と数万回に及ぶ現場での臨床からカスタムメイドのパーソナルトレーニングを提供しています。また、提供するキャストは採用率3%で厳選し、各カテゴリーの専門家が在籍しております。だから、運動の無駄がゼロです。

### 顧客層

会員数 **3,000** 名  
10代～80代

### 店舗数

直営 **26** 店舗

### カテゴリー

ダイエット、ボディメイク、ウェルネス、**マタニティ**、パフォーマンスアップ、リハビリ  
健康促進、機能改善、ピラティス

Diet



ダイエット

Wellness



ウェルネス

Performance Enhancement



パフォーマンスアップ

Maternity



マタニティ

Rehabilitation



リハビリ

Bodybuilding



ボディメイク

## サービスレベルは世界基準でありたい

店舗やユニフォームはLAにいる世界的デザイナーによって手がけられています。



店舗デザイン： 未来ラボ×普遍性×ぬくもり



ユニフォーム： 未来的×知的

## お客様との「5つの約束」

- 01: **医学的根拠** 世界最先端の、医学的根拠のある指導にこだわります。
- 02: **人材** 採用率は3%以下です。厳選した人材を独自の研修システムによってさらに磨きます。
- 03: **アップデート** 毎月10時間以上の医学的根拠のある研修を行い、お客様に還元します。
- 04: **カスタムメイド** お客様に最大の効果と、効率を提供するため、全てをカスタムメイドで提供します。
- 05: **寄り添い** お客様のなりたい姿、悩みに寄り添い、真摯にサービスを提供します。





## クセになる、楽しさ。

医学的根拠に基づいた500種類以上のトレーニングから、運動の目的に合わせた多彩なプログラムを提供しています。「セミパーソナル」と「パーソナル」の2つから選べるトレーニングスタイルは、自分に合った運動を見つけて結果を出しやすく、運動初心者や過去に続かなかった方にも高い評価を受けています。2020年4月に立ち上げられた新事業ですが、会員数はに500名を超えている絶賛急成長な事業です。

### 顧客層

会員数 **250** 名/1店舗

20代～60代

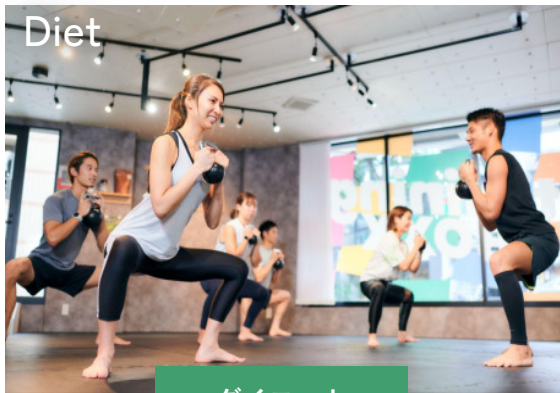
### 店舗数

**3**店舗

### カテゴリー

ダイエット、ボディメイク、パフォーマンスアップ、リラクゼーションストレッチ、  
ピラティス、部分痩せ

Diet



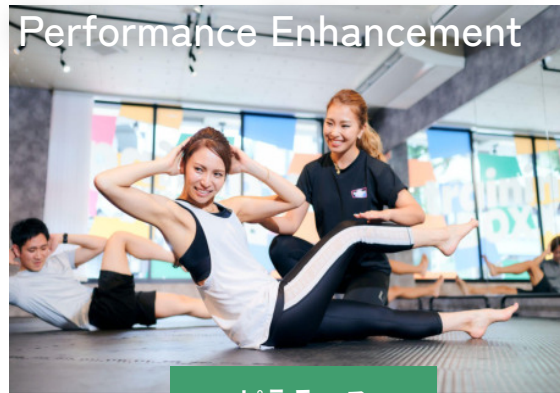
ダイエット

Wellness



部分痩せ

Performance Enhancement



ピラティス

Maternity



マタニティ

Rehabilitation



リラクゼーション

Bodybuilding



パフォーマンスアップ



## 変化は、身体の中から始まる。

身体を変えるには、トレーニング・リカバリー・ニュートリション。3つの要素から包括的にアプローチしないと根本的な改善には繋がりません。”変化は、身体の中から始まる”をコンセプトに、「一瞬ではなく、一生モノの身体づくり。」のためのプロダクトを開発し、ライフスタイルをサポートします。

### 実績

自社クライアント購入率90%  
リピート率80%超え  
有名雑誌掲載(Tarzan 等)  
オリジナル商品開発・監修  
コラボ商品発売  
代理店100店舗超え  
(医療クリニック、治療院、エステサロン等)  
海外取引実績(中国)

### 商品ラインナップ



サプリメント



入浴剤

### Dr.EAA

筋肉をつけるだけでなく、リカバリー機能にも最大限考慮したアミノ酸スコア100のEAA。



### Dr.HANGOVER

二日酔い対策・肝臓の健康をサポート。飲む機会が多い方のためのサプリ。



### MULTI VITAMIN MINERAL

分子栄養学ベースでビタミンミネラルを超高容量配合。「一生モノの身体づくり」のためのメンテナンスサプリ。



### Dr.PROTEIN

「腸内環境」を整えながらタンパク質を摂取し最大効果&最大効率で理想の身体を手に入れる為のプロテイン。



### Dr.MATERNITY

医師や管理栄養士とタッグを組みで開発した「妊娠前・妊活から妊娠中・産後」まで必要な栄養素配合のマタニティサプリ。



### Dr.TRAINING RECOVERY BATH

温浴効果を高め、血行を促進することで、冷え症、疲労、肩こり、腰痛などを緩和する入浴剤。





## 変わり続ける時代の、変わらない技術力。

「社会的価値の高いトレーナーの育成」をミッションに掲げた、トレーナー育成スクールです。「社会的価値の高いトレーナー」とは、時代の変化に左右されない「広く深い知識と確かな技術力を持った、多くの人に必要とされるトレーナー」と考えており、ボディメイクやダイエットだけでなく幅広いニーズに対応できるカリキュラムを構築しております。全てのカリキュラムは、医学的根拠がある海外の最新運動理論に基づいて開発し、それを現役の一流トレーナーから直接学べるのはDr.トレーニングスクールだけです。

### 資格取得率

NSCA-CPT **100%**

※2024年12月現在実績値

### 生徒層

**10代~50代**

### 教育・資格連携



東京柔道整復専門学校



創志学園

### カテゴリー

ダイエット / ボディメイク / 筋肥大 / 感覚統合・呼吸 / パフォーマンスアップ / ストレッチ  
徒手（パルペーション） / バイオメカニクス / 女性トレーニング / マタニティ / リハビリ / 栄養学  
※各分野のスペシャリストが直接指導





# Dr. TRAINING

CONSULTING

## 医学的根拠に基づいたメディカル型トレーニングシステム

都内27店舗以上で成功させてきた、トレーナーの技術力と経営力の両立するDr.トレーニングのノウハウを、コンサルティングサービスとして提供しています。新規出店や既存店の売り上げアップ、トレーナーの独立に合わせて、課題解決のサポートをしています。技術指導や講師研修には、店舗で高い実績を持つスタッフをチームとして派遣し、接客から施術、集客、人材育成まで幅広いノウハウを提供しています。

### 実績

20社

### コンサルティング提供内容

ストレッチやトレーニングの  
技術監修

ジム開業のトータルサポート

オリジナルサービスの開発

### 企業向け健康経営サポート

健康セミナー

栄養セミナー

健康カウンセリング

トレーナー派遣

フィットネスイベント企画

スポーツイベント企画

## Dr.stretch

海外を含む200店舗以上を展開している日本No.1のストレッチ専門店「Dr.ストレッチ」の技術監修。



美容と痩身に特化したオリジナルストレッチの考案と軟部組織リリースの技術監修。



美容会社にて、フェイシャルマッサージの技術開発。美容と関係の深い筋膜についても研鑽セミナーを定期的に開催。

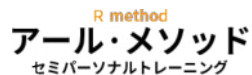
## K's GROUP

鍼灸整骨院を全国195院展開する国内最大手のブランド「クラシオン」におけるトレーナー部門の顧問と研修制度の開発を実施。

## THE SCENE

世界自然遺産奄美大島の最南端にある「ネイチャークレンズ」がコンセプトのウェルネスリゾートTHE SCENEでの、フィットネスプログラムのサービス開発。

治療院にトレーニングジムを併設する案件から、異業種参入でジム業界にチャレンジされる案件まで様々な対応が可能です。  
コンセプト設計、内装レイアウト、ツール、サービス開発、研修とジム開業におけるプロジェクトを全面サポートしています。





ティファール（株式会社グループセブジャパン）から新たに発売されたレシピ内蔵タイプの電気圧力鍋『クックフォーミー』のマニュアル調理レシピを、Dr. トレーニングのニュートリションチームにて監修。



オーストラリア化学協会が唯一承認するコンプレッションウェア「SKINS」とコラボレーション商品を発売



スープストックトーキョー様と弊社マタニティトレーニング事業のコラボ食品を販売。産後のお母様の身体を食事から支えるラインナップを提供。



「株式会社ほねごり」オリジナル商品の開発監修。プロテイン・EAA・マルチビタミン・二日酔い対策サプリの開発監修から商品研修・販売支援。



従業員様の健康管理や社内コミュニティの活性化の為にメニューとして、フィットネスをはじめとし、ヨガ教室やピラティス、ランニング教室や栄養講習会など多彩な健康プログラムを提供しています。資格を持つパーソナルトレーナーが直接企業様へ訪問し、様々なご要望に対応し、カスタマイズされた健康に関する教室を開催いたします。リピート率の高い人気の福利厚生サービスのひとつです。



Seeing beyond



## 世界に誇れる未来のアスリートの育成

医学的根拠に基づいた独自のトレーニングノウハウやアメリカの大学院で得た知識、メジャーリーグで培った経験を駆使し、情熱をもって夢に向かい挑戦していく未来のアスリートの育成支援を行います。現代のスポーツ現場では、様々な怪我や事故が起きている。アメリカでは、国家資格を有したアスレティックトレーナーが、チームサポートしているのが当たり前です。世界基準でプロアマ問わず未来あるアスリートを支援します。

### 実績

5チーム

### サポート内容

怪我・障害などの予防  
怪我・障害などの評価(スペシャルテストも含む)  
怪我・障害などの救急処置  
怪我をしたアスリートの治療やリハビリ  
競技復帰後の怪我の再発防止  
オフシーズンなどのパフォーマンス向上  
栄養管理とメンタル管理  
監督・コーチ・両親・チームメイトとの情報共有





## 今後の事業展開

# A THIRD PLACE FOR WELLNESS

世界中でトレーニングが習慣としてある世界。  
健康ファーストで成り立つ世界。  
考えただけでワクワクします。

このビジョンを叶えるには、僕 1 人の力では叶いません。  
熱量のあるトレーナーさんが必要不可欠です。

しかし、日本にはトレーナーの国家資格がなく、働き方も厳しい現状があります。

当社はトレーナーの国家資格化を目指し、  
トレーニングジムの運営、トレーナー育成、サプリメント開発、  
スポーツ選手のサポート、企業の健康経営支援、医療機関や行政との連携  
などを通してヘルスケア産業の発展に取り組んでいます。

そして、トレーナーが働きやすい環境を整え、  
トレーナーの社会的価値を高めるための組織づくりを重視しています。

より良い未来を創るために、  
仲間と一緒に、これからも新しい挑戦をしていきたい。

ただ会社成長するだけでなく、  
世の中に新しいウェルネスイノベーションを起こしていきたい。

日常会話の中に「Dr. トレーニング」が自然に飛び交い、  
私たちの存在が社会に大きな影響を与えるように、  
世の中になくってはならない会社となる事が私たちが目指す姿です。

仕事において 1 番大事にしていることは、“何”をやるかではなく“誰”とやるか。  
想いに共感してくる仲間と共に挑戦していきたいと思います。

株式会社Dr. トレーニング  
代表取締役 山口元紀

# Dr, Training CULTURE

Go fast alone, go far together.

速く行きたいなら、一人で行け。遠くへ行きたいなら、みんなで行け。

私たちは一人のみ、弊社のみでゴールにつくことは望んでいません。

理念に共感し、同じ目標を持ち、より良い未来を作ってくれる仲間と共に同じ船に乗る。

覚悟を持った仲間と一緒に、進んでいける。

そんな未来を実現させていくために、日々お客様に還元していくことを続けていきます。



# 世界進出



国内40店舗を目安に展開予定  
2026年に海外出店を予定



国内100店舗展開予定  
全世界1,000店舗展開予定



2030年に学校法人設立予定  
講師を増員し専門性に特化したカリキュラムの考案・実施



