

TOTALWorkout
PERSONAL TRAINING

**PREMIUM
FITNESS**

パーソナル・トレーニングジム

<トータル・ワークアウト 六本木ヒルズ>に

あたらしいトレーニング空間が2019年10月18日オープン



トレーニング・ジム「トータル・ワークアウト」を運営するトータル・ワークアウトプレミアムマネジメント株式会社（本社：東京都渋谷区、代表取締役会長：ケビン山崎）は、2019年10月18日（金）にトータル・ワークアウト六本木ヒルズ店をリニューアルオープンします。リニューアルオープンする店舗には、グループトレーニング用の空間 [プレミアム・フィットネス (PREMIUM FITNESS)] を新設し、フィットネス先進国アメリカでトレンドになっている「グループ・フィットネス (Group Fitness)」に着目して独自に開発したオリジナルプログラムの提供を開始します。

グループ・フィットネスとは、パーソナル・トレーナーが指導を行う少人数制のプログラムの中で、フィットネス先進国アメリカでは大きな注目を集めている最先端コンテンツです。この度、トータル・ワークアウトが提供を開始するグループ・フィットネスは、最大6名の少人数制をとり、経験豊富で高度な専門性を持つ当社のパーソナル・トレーナーが指導にあたります。また各プログラムにはカラダの使い方を習得するコンディショニング要素を多く組み込み、自分自身でカラダを使いこなせるようになることを目的としています。様々な動きをセルフコントロールすることで、「確実にカラダの変化を体感することができる」日本国内でも類を見ない画期的なエクササイズ・プログラムです。

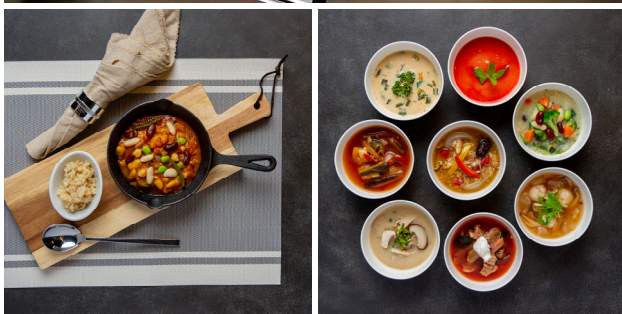
URL : <https://www.totalworkout.jp/twlab/premiumfitness/>



カウンセリングブースを新設。
より精度の高いトレーニング・プランの
構築を目指します。

世界中からリアルタイムに集まる66万人以上のトレーニング成功体験をエビデンスに、当社のパーソナル・トレーナーが一人ひとりへオンリーワンのトレーニング・メニューを導く空間があたりになりました。従来を遥かに超える精度の高いトレーニング・プランを構築。見た目だけのカラダづくりではなく、日常をよりアクティブなものへ変えていくような「しなやかでかつアクティブなカラダ」をライフステージに沿って具体的にご提案できるようになりました。

写真上：カウンセリングルーム 写真下：測定ルーム



より機能的に。
併設カフェ・トータル・フーズ (TOTAL FOODS) も
リニューアル。

店舗内で提供するフード「トータル・フーズ (TOTAL FOODS)」も、あたりになった空間に合わせてメニューを刷新。のりこのごはん (東京・神泉/しゃぶしゃぶ店) / 鈴木のみ子シェフ監修の「ココナッツ香る豚しゃぶカレー」や「ピーツとかぼちゃの豆乳ポタージュ」といった季節限定メニュー、スーパーフード入りメニューも取り揃えています。高タンパク質、低脂肪、低糖質に加え、ヴィーガン (絶対菜食主義)、グルテンフリー (小麦粉不使用)、デフリー (乳製品不使用) など、お客様の目的や食事スタイルに合わせたメニュー選びが可能です。また、トレーニングジム運営カフェでは初の採用となる、サーバーから注ぐコンブチャ (発酵ドリンク)、「KOMBUCHA SHIP (大泉工場)」もラインナップ。質にこだわり、より確実にカラダを変えるための素材を豊富に取り入れ、健康で美しいカラダに必要な食事を美味しく気軽に食べられるカフェメニューがより機能的になりました。

URL : <http://www.total-foods.jp/>



■ TOTAL Workout

トータル・ワークアウトは、数多くの著名人やスポーツ選手をはじめ、多くの方々からご支持をいただいているパーソナル・トレーナー ケビン山崎が主宰するトレーニング・ジムです。そのトレーニング理論は、「たった3週間でカラダは変わる」、「パーソナル・トレーナーのサポートがあるから確実」、「成果を出せるジム」として、常に最高の設備とコンセプトをご提供しています。（東京に2店舗・福岡に1店舗展開しています）

URL : <https://www.totalworkout.jp/>

■ 店舗詳細

店 名 : トータル・ワークアウト 六本木ヒルズ店

住 所 : 東京都港区六本木6-4-1

六本木ヒルズ メトロハット/ハリウッドプラザ B2F

電話番号 : 03-5414-1102 / ファックス : 03-5414-1103

WEB : <https://www.totalworkout.jp/roppongi/>

E-MAIL : info@totalworkout.jp

運営会社 : トータル・ワークアウトプレミアムマネジメント株式会社



※トータル・ワークアウトプレミアムマネジメント株式会社はフィールズ株式会社のグループ企業です。

<本件に関する報道関係者のお問い合わせ先>

トータル・ワークアウト事務局 倉内

TEL : 03-5784-4497 E-MAIL : info@totalworkout.jp

TOTALWorkout
PERSONAL TRAINING