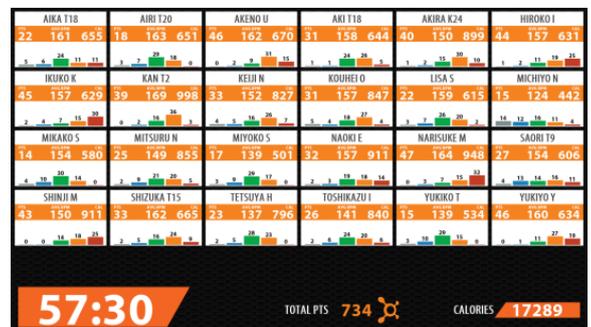


【科学的根拠に基づくワークアウト×ウェアラブル端末で全世界約 800 店舗に急成長】
米国フロリダ発! “世界一の1時間”を提供するフィットネススタジオ都内第1号店
『オレンジセオリーフィットネス麻布十番』2017年12月1日(金)オープン!
麻布十番店限定の早朝レッスンや、オープンまで通い放題の入会者限定無料レッスンを開始
<http://www.orangetheoryfitness.co.jp/azabujuban/>



オレンジセオリー・ジャパン株式会社（本社：東京都千代田区／代表取締役社長：飯田 賢）は、アメリカを中心に世界 15 ヶ国で急成長している最新ワークアウト・スタジオ「Orangetheory Fitness（以下オレンジセオリーフィットネス）」の都内第1号店となる「オレンジセオリーフィットネス麻布十番」を2017年12月1日（金）にオープンします。

「オレンジセオリーフィットネス」では、コーチによる指導のもとエネルギッシュな音楽に合わせて、科学的根拠に基づいた有酸素エクササイズとストレングス・トレーニングを交互に繰り返す、ハイ・インテンシティ・インターバル・トレーニング（高強度インターバルトレーニング）を提供しております。少人数でのグループパーソナル・トレーニングを行いながら、心拍数（ハートレート）をモニターで確認し、最大心拍数の84%以上である「オレンジ・ゾーン」と「レッド・ゾーン」の中に計12分間以上入ることを目標にします。また、レッスン後も最長36時間継続する「アフターバーン効果」により、運動後のカロリー消費効果を高め、短時間で成果が期待出来るプログラムを提供する、今までにない革新的なスタイルのワークアウト・スタジオです。



ハートレートモニター（イメージ）

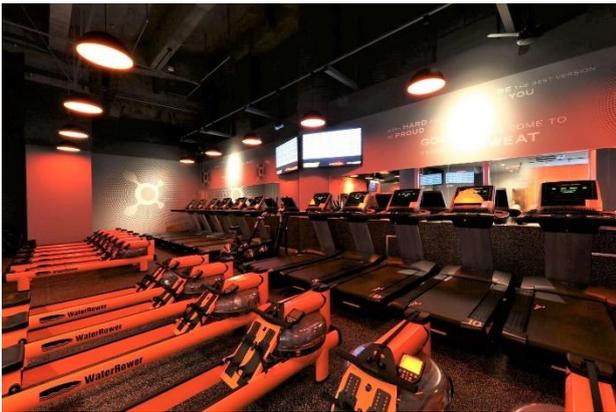
アメリカでは、自然にモチベーションが高まるレッスン内容や、確実に効果が実感できるということから、幅広い年齢層から支持を受け、2010年にフロリダ州で1号店をオープンして以来、現在までに全世界で約800店舗と急速なグローバル展開を遂げております。また、1年間で店舗数を2倍に拡大させるビジネスのスピードや、これまでに1店舗も閉鎖していないという持続性の高いビジネスモデルの安定性も高く評価されており、“世界一の1時間”をご提供していると自負しています。

「オレンジセオリーフィットネス麻布十番」は、日本を代表するブランドエリアである港区麻布にオープンいたします。トレンドに敏感で、生活の質を求める層が多いだけでなく、フィットネスや健康への意識も高いエリアでもあり、「オレンジセオリーフィットネス」のワークアウトの良さを理解いただけるマーケットであると判断し、オープンする運びとなりました。また、エリアの特性を考え、当店舗限定のサービスとして週に2回、通勤前にも通える朝7時から早朝レッスンを実施いたします。また、2017年11月30日（木）までの期間限定キャンペーンとして、入会していただいた方に向けたオープンまで通い放題の特別無料体験のレッスンもご提供いたします。

■ オレンジセオリーフィットネス麻布十番

<店舗概要>

- 名称 : 「オレンジセオリーフィットネス」麻布十番
- 住所 : 〒106-0045 東京都港区麻布十番 1-7-5 フェスタ麻布 B2
- TEL : 03-6459-4455
- 営業時間(予定) : (平日) 7:00-23:00 / (土曜) 9:00-20:00 / (日曜・祝日) 9:00-19:00
- 会員種別 : レギュラー会員 / 18,000 円 (税抜)
- アクセス : 都営大江戸線 / 東京メトロ南北線「麻布十番」出口 7 徒歩 1 分
- URL : <http://www.orangetheoryfitness.co.jp/azabujuban/>
- お問い合わせフォーム : <http://www.orangetheoryfitness.co.jp/azabujuban/>



スタジオ内、トレッドミル & ローワー



スタジオ内、ファンクショナルトレーニング・ゾーン

■ オレンジセオリーフィットネスとは

オレンジセオリーフィットネスのワークアウトは、トレッドミル・ローイングマシン・ファンクショナルトレーニングを組み合わせた、60 分間のトータルワークアウトです。参加者は、ハートレート・センサーを着用し、スタジオ内に設置された大型ハートレートモニターに各自の心拍数や消費カロリーがリアルタイムで表示されます。心拍数はレベルによって 5 つのカラーゾーン（グレー・ブルー・グリーン・オレンジ・レッド）に分けられ、最大心拍数の 84%以上である「オレンジ・ゾーン」と「レッド・ゾーン」の中に計 12 分間以上入ることを目標にします。ターゲットゾーンを維持することによって、カロリー消費効果を高め、1 レッスン（60 分）で 500kcal 以上のエネルギーを消費^{*}します。さらに、「アフターバーン効果」により最長 36 時間、運動後のカロリー消費を高め、短時間で成果が出るプログラムとして注目されています。^{*}※カロリー消費量には個人差があります。

また、参加者がそれぞれの運動レベルに合わせて強度を変えていくプログラムは、世界共通だけでなく 365 日毎日内容が変化していくため飽きることもありません。仲間と一緒に行うワークアウトで、「本物のボディメイク」に励むことができるのがオレンジセオリーの最大の魅力であり、醍醐味です。

■ オレンジセオリー・ジャパン株式会社 企業概要

- 代表取締役会長 : 笠原 盛泰
- 代表取締役社長 : 飯田 賢
- 本社所在地 : 東京都千代田区九段南 2-2-3 九段プラザビル 7 階 A
- 企業 HP : <http://orangetheoryfitness.co.jp/>
- 創立 : 2016 年 1 月
- 資本金 : 9,950 万円
- 事業内容 : 日本国内での「オレンジセオリーフィットネス」の直営およびフランチャイズ事業