

2022年7月12日  
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

パーソナル・トレーニングジム TOTAL Workoutと  
ニチレイフーズがコラボレーションし  
ビタミンC 1000mg配合のパワー&ビタミンチャージドリンクを発売！！  
～7/13より約3カ月の期間限定で販売スタート～

パーソナル・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、代表取締役社長：山本英俊）は、スーパーフード「アセロラ」のパイオニアである株式会社ニチレイフーズ（本社：東京都中央区、代表取締役社長：竹永雅彦）とのコラボレーションにより、アセロラを使用したビタミンCとポリフェノールたっぷりのプロテインドリンク「アセロラ&チェリーのビタミンプロテイン」とスムージー「アセロラ+3種のフルーツビタミンスムージー」の2種のドリンクを期間限定で販売いたします。本ドリンクは、トータル・ワークアウトにて実施するイベント「ACTIVE WELLNESS（アクティブ・ウェルネス）」に合わせ、2022年7月13日から10月31日まで、トータル・ワークアウトならびにTOTAL FOODSの各店舗（渋谷店・六本木ヒルズ店・福岡店）にて販売いたします。



左:「アセロラ&チェリーのビタミンプロテイン」 右:「アセロラ+3種のフルーツビタミンスムージー」

トータル・ワークアウトは2001年に日本初のパーソナル・トレーニングジムを立ち上げた当時から、トレーニングでカラダを鍛えることと同様に、食生活でカラダを内側から整えることを重視し、食生活のアドバイスだけでなく、オリジナルフード商品の開発等を通じて実際に理想的な“食事”を提供しています。

ジム併設のカフェ「TOTAL FOODS（トータル・フーズ）」では、カラダを変えるために必要な「高タンパク質・低脂肪・低糖質」なメニューはもちろんのこと、栄養価の高いスーパーフードをふんだんに取り入れ、添加物を極力控えた「栄養密度、質ともに高い」メニューを通じて、各々がなりたいたカラダづくりや、ライフスタイルの質向上をサポートしています。

※ジム会員様以外の一般の方でもご購入いただけます。

## 期間限定 アセロラ入り パワー&ビタミンチャージドリンク

～ エイジングケアに必要なだと言われている、1日2,000mgの半量を

この1杯で摂取することができます～

1杯で  
ビタミンC  
1000mg



### アセロラ&チェリーのビタミンプロテイン

680円(税込)

アセロラと相性が良いアメリカンチェリーとレモン果汁をプラスした爽やかな飲み心地で、プロテインが苦手な人にもおすすめ。吸収率の良さが抜群のTOTAL Workoutオリジナルホエイプロテイン「PURE WPI」を使用。ドリンク1杯あたりタンパク質22.5gを摂取できるワークアウトにピッタリのビタミンプロテインドリンクです。

使用食材：WPI、アセロラ、アメリカンチェリー、カルピス、レモン汁  
栄養成分：170.7kcal タンパク質:22.5g 脂質:1.3g 糖質:20.1g

### アセロラ+3種のフルーツ ビタミンスムージー

680円(税込)

アセロラ+3種（オレンジ、りんご、グレープフルーツ）のフルーツがたっぷり入ったビタミンスムージーです。ビタミンCだけでなく、カリウム・ポリフェノール・クエン酸も豊富で、夏の暑さや、酸化対策の強い味方です。

使用食材：アセロラ、オレンジ、りんご、グレープフルーツジュース  
栄養成分：97.2kcal タンパク質:1.4g 脂質:0.1g 糖質:25.2g



## 日本人の大半はタンパク質もビタミンCも不足気味！



男女問わず、カラダを内側からキレイにするために欠かすことのできない栄養素「ビタミンC」ですが、人間は体内で作る事ができないため食事から摂る必要があります。厚生労働省「2019年 国民健康・栄養調査」によると、40代までの人は、食事から補っているビタミンCの量が推奨量を下回っているとされています。

この推奨量はあくまでも欠乏症にならないための量で、紫外線やストレスで消費されるビタミンCを補うためにはより積極的にビタミンCを摂っていく必要があります。

また、カラダの約20%を構成するタンパク質も食事から十分な量を摂れている人は少ないのが現状です。タンパク質はトレーニングをしている人だけでなく、髪や肌、内臓、ホルモン等を構成しているのも誰にでも必要な栄養素となります。

そこで、このタンパク質と、タンパク質の一種であるコラーゲンの生成に欠かすことのできないビタミンCを豊富に含むアセロラを使ったオリジナルプロテインを開発しました。

\* 期間限定メニューで使用しているアセロラはニチレイフーズのアセロラを使用しています。

## アセロラってどんなフルーツ？



世界的なパンデミックを経験した今、更に注目度が高まっているビタミンCは、カラダの酸化を防ぎ疲労回復に役立つことや、肌のきめを整えるコラーゲンとの結びつきが強く、肌を健やかに保つためにも男女ともに積極的に摂りたい栄養素です。

アセロラはブラジルやベトナムの強い日差しの中で育つため、強力な光合成によりたくさんのビタミンCを生成します。その量はレモン果汁の34倍ともいわれ、更に、赤い皮に含まれるポリフェノールも豊富で、美容・健康にうれしいスーパーフードです。

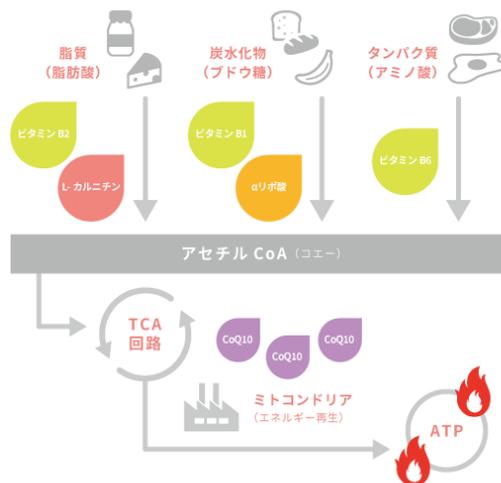
ビタミンC以外にも、B1・B2・Eなどビタミンが含まれています。

\* 「(期間限定) アセロラ入りパワー&ビタミンチャージドリンク」の特徴ではありません

スーパーフード「アセロラ」の詳しい魅力と効果はこちらからチェックしてください。

[https://www.nichireifoods.co.jp/business/acerola/about\\_acerola/](https://www.nichireifoods.co.jp/business/acerola/about_acerola/)

## 美肌だけじゃない。健康やトレーニングの底上げに大切なビタミン



ビタミンやミネラルは、タンパク質・脂質・糖質(炭水化物)と比べると「オマケ」の栄養素だと思われるがちですが、実は、ビタミンやミネラルがないと、栄養素は正しく機能しません。

ビタミンとミネラルは、タンパク質・脂質・糖質をエネルギーに変換したり、骨や筋肉、皮膚に代わる際の潤滑油としてその転換を手助けする、大切な栄養素です。

## カラダづくりのプロであるパーソナル・トレーナーが 考案したアセロラプロテインドリンク&スムージー



オリジナルレシピの考案者は、2001年3月、日本初のパーソナル・トレーニングジム「トータル・ワークアウト」の創設に携わった池澤智（いけざわとも）。フィットネスの本場アメリカで修業した、日本初の女性パーソナル・トレーナーであり、トータル・ワークアウト代表。

アスリートがメインだった日本のパーソナル・トレーニング界で、TVなどで活躍する第一線クラスの俳優やトップモデルなど多くの文化人のカラダづくりに携わり「文化人がパーソナル・トレーナーをつける」という文化を築き、トレーニングのみならず、食やメディカル、ビューティと多岐にわたる知識に精通し日本のウェルネス界を牽引する存在。

パーソナル・トレーニングというカラダを外側から整えることがイメージされがちですが、池澤は20年以上前から「**ボディメイク成功のカギは食事9割、運動1割**」と言い切ります。

野菜や果物の栄養価は環境や土壌の影響から、昔に比べると低くなっているのが現状です。なので栄養価の高いスーパーフードは、足りない栄養素を補充するための強い味方。ジムで提供する食事にも積極的にスーパーフードを活用しています。

サプリメントも有効活用していますが、やはり、天然素材を美味しく摂取する魅力は大きいもの。私のプロデュースする食は可能な限り添加物をつかわず、「質の高い素材」であることを重視しているので、ニチレイフーズのアセロラは独自の栽培管理や研究開発が行われている安心で高品質なうえに環境や社会への配慮がなれていることから、今回コラボレーションさせていただくことになりました。

トレーナーやカフェのスタッフと共にアイデアを出し合い、試飲を重ねて、アセロラの美味しさを引き出す自慢のプロテインドリンクとスムージーが出来上がりました。

ビタミンCは腸で吸収されカラダに送り込まれますが、一度に吸収できる量には限りがあり、またカラダの中に貯めておくことが難しいので「こまめな摂取」を心がけてみてください。

暑さが厳しいこの時期、「のどが渴いた」と感じた時には既に水分不足になっています。渴きを感じる前の水分チャージが基本です。カラダが喜ぶ栄養素が詰まった「**アセロラ&チェリーのビタミンプロテイン**」と「**アセロラ+3種のフルーツビタミンスムージー**」、期間限定ですのでぜひお試しください。

池澤智

## アクティブ・ウェルネスとは？



パーソナル・トレーニングジム「トータル・ワークアウト」が20年以上にわたり多くの会員様へお届けしてきたカラダづくり。それによって集まる知見の数々は、トレーニング領域を超えつつあります。

「健康は与えられるものではなく、掴み取るもの。」という考え方のもと、自発的に健康になろうとすること、それがトータル・ワークアウトが新たに掲げるコンセプト「アクティブ・ウェルネス」です。

コロナ禍で加速したさまざまなライフスタイルから求められるもの。会員の皆様が人生をより豊かに、より良いものにしていただくために。私たちは「アクティブ・ウェルネス」のコンテンツで一人ひとりをサポートしていきます。

そこで、アクティブなウェルネス体験をお届けするイベント「ACTIVE WELLNESS」をスタートします。



アクティブ・ウェルネスは非日常によってカラダを解き放つトリートと5つのカテゴリーから構成されています。

ACTIVE WELLNESS PROGRAMの詳細はこちら

<https://activewellness.totalworkout.jp/>



**ACTIVE WELLNESS PROGRAM**期間中に「アセロラ&チェリーのビタミンプロテイン」と「アセロラ+3種のフルーツビタミンスムージー」2種を期間限定で販売。

同イベント期間中のWORKOUTとMINDのプログラムに参加される方には「アセロラ&チェリーのビタミンプロテイン」を提供し、ワークアウトで疲労した筋肉にタンパク質とビタミンでパワーをチャージしていただきます。

## 店舗情報・会社情報



## TOTAL Workout

トータル・ワークアウトは、1987年にケビン山崎が米国シアトルに創設したパーソナル・トレーニングジムです。2001年に日本1号店をオープンして以来、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おります。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」「生活の質を向上させるアクティブ・ウェルネスを発信するジム」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>

## TOTAL FOODS

TOTAL Workout各店舗に併設するカフェは、ジムの会員以外の方も気軽にご利用いただけます。

パーソナル・トレーナー池澤智が提唱する食は「高タンパク質・低脂肪・低糖質」であることはもちろん、Fitness先進国であるLA/NYCのトレンドを取り入れながら、お客様の目指すカラダに応じた目的別メニュー表示や、添加物を控えた栄養素の質にこだわったカレー・スープ・デリやスイーツなどを提供しています。



TOTAL FOODS 六本木ヒルズ店

〒106-0032 東京都港区六本木6-4-1 メトロハット／ハリウッドブラザB2F

営業時間：[平日] 10:00～21:00 (ラストオーダー) [土・日・祝] 10:00～20:00 (ラストオーダー)

TEL : 03-5414-1877

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

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

本社所在地：東京都渋谷区

事業内容：フィットネスクラブの経営・運営

※ジム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合せ先

トータル・ワークアウト事務局 宇井・倉内

TEL:03-5784-4497 E-MAIL: [info@totalworkout.jp](mailto:info@totalworkout.jp)