

報道関係各位

株式会社トゥエンティフォーセブン

**10月はダイエット成功への分岐点！**  
**食欲の秋に負けない5円入会キャンペーンを実施中！**

株式会社トゥエンティフォーセブン（代表取締役社長 小島礼大、本社：東京都港区）が全国に展開するパーソナルトレーニングジム「24/7 Workout」は、2024年10月1日から11月30日まで「秋の入会5円キャンペーン」を期間限定で実施しております。



The poster features a woman in a bikini, labeled 'After', standing next to a faded image of her labeled 'Before'. Text on the poster includes '24/7 Workout', '痩せるなら、今がチャンス!', '秋の5円入会キャンペーン', and '10/1 @ 11/30 @'. Below this, it lists '今だけ! おトクな入会特典' (Only now! Special benefits for joining) with two items: 1. '入会料最大 41,800円 → 5円' (Maximum membership fee 41,800 yen → 5 yen) and 2. 'パーソナルトレーニング 1回30分 6,435円 → 0円' (Personal training 1 session 30 min 6,435 yen → 0 yen).

これまで10万人(\*1)以上のダイエットをサポートし、全国展開90店舗(\*2)以上の実績を誇る24/7 Workoutは、「全人類を人生史上最高の身体に導く」を理念に掲げ、3食しっかり食べて痩せるパーソナルトレーニングジムです。

全店舗駅から徒歩10分圏内の好立地と24時までの営業時間に加え、トレーニングに必要なドリンクやシューズ・ウェアなど全て無料レンタル可能。圧倒的な通いやすさが特徴です。

(\*1) 2024年2月末時点でのセッションを1回以上受けた方の累計入会者数。途中解約・全額返金者も含む

(\*2) 2024年10月時点

## ■ 基礎代謝量は 10 月から冬にかけて急上昇！

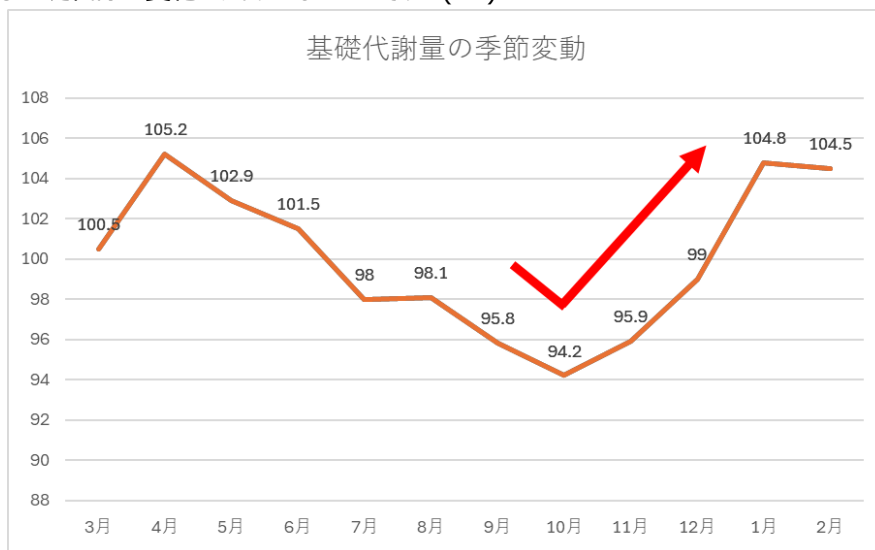
基礎代謝量とは呼吸や体温維持、心臓をはじめとする臓器を正常に動かすなど、私たちが生命を維持するために使う最低限必要なエネルギーのことを指します。

つまり、「何もしくなくても消費されるエネルギー」のことでもあり、基礎代謝量が上がれば、その分痩せやすい身体になる、というわけです。

体脂肪を燃やすにはエネルギー消費量が重要であるため、基礎代謝量を上げることは、ダイエットを成功させるポイントの一つとも言えます。

この基礎代謝量ですが、実は季節によって変動することが研究で分かっています。

下図は、季節による基礎代謝の変化をグラフにしたものです。(\*3)



このグラフを見ても分かる通り、基礎代謝量は夏頃から下がり始め最低値となった後、10 月から急上昇します。

参照；

(\*3) 日本気象学会雑誌.1987;24(1):3-8 「基礎代謝の季節変動について」

[https://www.jstage.jst.go.jp/article/seikisho1966/24/1/24\\_1\\_3/\\_pdf](https://www.jstage.jst.go.jp/article/seikisho1966/24/1/24_1_3/_pdf)

## ■ 秋はダイエットの成功を握る分岐点

秋から冬にかけて急増加する基礎代謝をダイエットに生かさない手はありません。

ここで頑張れば、その後に迫りくるクリスマスや年末年始も、理想体型で乗り越えることができるでしょう。

しかし、「天高く馬肥ゆる秋」「食欲の秋」などという諺や言葉があるほどに、秋は旬を迎える美味しい食材が増え、食欲がそられる季節です。

この誘惑に負けてしまうと、逆に「秋太り」を引き起こしてしまいます。

つまり、秋はダイエットの成功への決定的分岐点なのです。

## ■ 食欲の秋を成果の秋へ！ 秋の入会 5 円キャンペーン

ダイエット成功の鍵となる重要な時期であるにも関わらず、誘惑も急増加するこの季節。

「食べたいけど、痩せたい」というジレンマに苦しむ人も多いことでしょう。

そこで私たち 24/7Workout は 11 月 30 日（土）までの期間限定で、いつもよりオトクにご入会できるキャンペーンのご提供を決定致しました。

入会金はなんと 5 円！

そして、多くの方々にご好評いただいている体験トレーニングも無料となっております。

#### 【キャンペーン特典内容】

- 入会金 5 円！
  - 人気のパーソナルトレーニング 30 分→0 円！
  - さらにプロテインやストレッチチケットのプレゼント、24/7Online Fitness 2 ヶ月無料の特典付き！
- 実施期間：2024 年 10 月 1 日（火）から 2024 年 11 月 30 日（土）
- 適用条件：2024/11/30 までにパーソナルトレーニングコースにお申込、ご契約し、ご入金が確認できた方
- 詳しくはこちら <https://247xh.com/cp2410pr>

10 万人以上ものダイエッターをサポートし続けている 24/7Workout が、あなたの秋ダイエットを成功に導きます。  
今ならオトクにスタートできるチャンスです！  
あなたもこの秋を「成果の秋」に変えてみませんか？

#### ■会社概要

株式会社トゥエンティーフォーセブン

代表者：代表取締役社長 小島礼大

設立：2007 年 12 月 28 日

本社：東京都港区愛宕 2-5-1 愛宕グリーンヒルズ MORI タワー36F

URL：<https://247group.co.jp/>

事業内容：

パーソナルトレーニングジムの運営を主事業とし、2012 年には「3 食食べるダイエット」をメソッドの一つとした完全個室マンツーマンのパーソナルトレーニング事業「24/7 Workout」（2024 年 10 月時点 90 店舗）を展開、2019 年 11 月に東証マザーズ上場（現グロース市場）。人々の生活を豊かにする多種多様なサービスを展開し、世界中の人々から常に必要とされる企業を目指しています。

<本件に関する報道関係者からのお問い合わせ先はこちら>

株式会社トゥエンティーフォーセブン PR 事務局

TEL：03-6432-4258 受付時間：10:00～19:00（土・日・祝日・年末年始を除く）

MAIL：[pt\\_koukoku@247group.jp](mailto:pt_koukoku@247group.jp)

問い合わせ先：広報担当

以上