

住めるホテル「RANDOR HOTEL&RESIDENCE」 × 「筋肉食堂」
目的に合わせて選べる『ボディメイク合宿プラン』を7/27（水）から提供開始
 ～キッチン付きの“非日常を、日常に感じられる”ホテルで、ダイエットや筋力アップを～

株式会社 Satisfill（本社：福岡県福岡市中央区、代表取締役：井上 進太郎）が運営する 住めるホテル「RANDOR HOTEL&RESIDENCE」は、TANPAC 株式会社（本社：東京都渋谷区、代表取締役：中崎 祐史）の運営する「筋肉食堂」とコラボレーションを実施し、「ランドーレジデンス東京スイーツ」と「ランドーなんば大阪スイーツ」にて、7/27（水）から目的に合わせて選べる『ボディメイク合宿プラン』を販売開始します。

なお、本日7/13（水）より、当プランの予約受付を開始します。



◇ 「RANDOR HOTEL & RESIDENCE」 × 「筋肉食堂」による『ボディメイク合宿プラン』

住めるホテル「RANDOR HOTEL & RESIDENCE」と「筋肉食堂」がコラボレーションをし、目的に応じて選べる『ボディメイク合宿プラン』を開始。1週間、当HOTELに宿泊し、「筋肉食堂」が提供している「筋肉食堂 DELI」のヘルシーで美味しい、ダイエットや筋力アップに最適な食事メニューを楽しむことができます。

また、週2日、各1時間のパーソナルトレーナーによる筋力アップ・ダイエットレッスンもプランに含まれます。運動と食事どちらも頑張りたい方、食べて綺麗にダイエットしたい方、疲れにくい健康的なカラダを目指したい方など、目的に応じた食事プランをご用意しています。



<ボディメイク合宿プラン詳細>

■プラン名：ボディメイク合宿プラン

■対象ホテル：

- ・ランドーレジデンス東京スイーツ
〒116-0015 東京都荒川区荒川 4-37-1
- ・ランドーホテルなんば大阪スイーツ
〒556-0005 大阪府大阪市浪速区日本橋 5-12-4



■プラン内容

- ① 1 週間の宿泊
 - ② 筋肉食堂 DELI の食事つき（1 日 朝・夜 の 2 食付き）
 - ③ パーソナルトレーナーによる筋力アップ・ダイエットレッスン（1 時間・2 回）
- ※1 日、5 日の宿泊プランも用意しています。詳しくは対象ホテルにお問い合わせください。

■価格

宿泊時期によって異なりますので、詳しくは対象ホテルにお問い合わせください。

■締め切り

チェックインの 2 週間前迄予約可能

◇ 「ボディメイク合宿プラン」 食事メニュー

<運動と食事 両方頑張りたい方向け脂質・糖質を抑えた“ダイエットコース”>

「美味しい高たんぱく」が低糖質で楽しめるダイエット期間に最適なメニュー。
1 食平均 314kcal で低カロリー&高栄養価&ヘルシーなラインナップです。

▼こんな方にオススメ

- ✓ ダイエットがなかなか続かない
- ✓ 同じダイエットメニューに飽きてしまった
- ✓ 健康的に体を引き締めたい
- ✓ ダイエット中でも美味しいものを食べたい

▼メニューイメージ（時期によって変動がございます）



<筋肉増強、キレのあるカラダを目指す方に。最強 PFC バランスの“バルクアップコース”>

トレーニングの効果を最大限に引き出したい方向け。

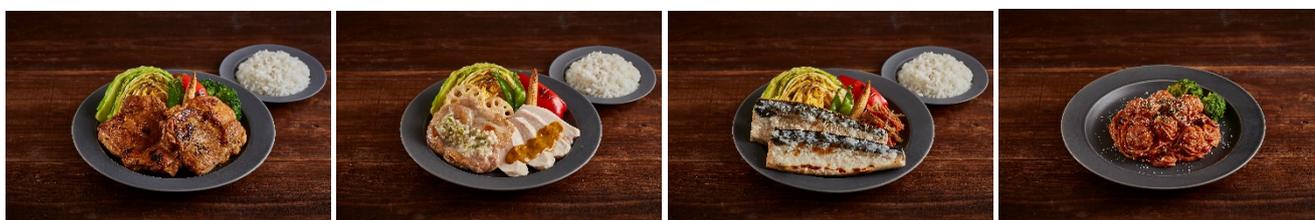
しっかりとたんぱく質を摂取できる最強 PFC バランスのパワーメニューをご用意。

筋肉食堂オリジナルのパワーライスでカロリーも確保しつつ、1食平均 58g のたんぱく質を摂れるラインナップです。

▼こんな方にオススメ

- ✓ キレのあるカラダを目指している方
- ✓ トレーニングと同じように食事にも気をつけている方
- ✓ トレーニング後にしっかりとたんぱく質を摂取したい
- ✓ 筋肉を効率的につけるために糖質もしっかり摂りたい

▼メニューイメージ（時期によって変動がございます）



◇ TANPAC 株式会社「筋肉食堂」とは

TANPAC 株式会社は、『高タンパク』『低カロリー』料理を事業の軸にした、食のソリューションを提供している「筋肉食堂」を運営しております。メインのレストラン事業は、六本木、渋谷、銀座コリドー、渋谷 MIYASHITA PARK に店舗を構えており、年間来店者数は 26 万人を超えます。2020 年 7 月に冷凍宅配サービス（オンラインストア）を立ち上げ、カラダづくり支援を全国に広げています。

- ・ グリルダイニングレストラン「筋肉食堂」

<http://kinnikushokudo.jp/>

- ・ オンラインストア「筋肉食堂 DELI」

<https://www.kinnikushokudo-ec.jp/>

- ・ 筋肉食堂公式 Instagram

<https://www.instagram.com/kinnikushokudo/>

筋肉
食堂

DELI

Kinnikushokudo DELI



◇ 住めるホテル「RANDOR HOTEL & RESIDENCE」とは

住めるホテル「RANDOR HOTEL & RESIDENCE」は、「非日常を日常に」をコンセプトに、広い客室・キッチン完備・ゆったり入れるお風呂が特徴のホテルです。

“住めるホテル”の実現の為に、日常的な使いやすさはもちろんのこと、上質な家具やワンランク上の家電を採用することで、非日常の住の体験を実現しています。

2018年1月に初店舗を東京にてオープンし、現在は創業4年目で全国6エリアに15店舗を展開中です。オープン後はホテルのコンセプトを活かし、外国人観光客のお客様を多く受け入れており、その比率は90%を超えるものでした。2019年12月からの新型コロナウイルスの流行から、訪日外国人観光客のお客様の宿泊は減少し、国内観光客へターゲットをシフトし、2022年3月現在まで閉業・休業をすることなく運営してまいりました。2022年3月現在、運営中の15棟の施設ではその特徴を活かし、1～3泊の短期滞在（ホテル利用）と2週間～月単位の長期滞在（マンスリー利用）のハイブリット運営方式を採用し、多くのお客様にご利用いただいています。

・『RANDOR HOTEL & RESIDENCE』 URL : <https://www.randor.asia/>

■ 「株式会社 Satisfill」 概要

【住所】	福岡県福岡市中央区清川 1-2-3
【代表者名】	代表取締役 井上 進太郎
【事業内容】	ホテル事業・マンション管理事業・リフォーム事業・アウトソーシング事業
【HP URL】	https://satisfill-inc.com/