

2020年10月

テレワーク等で溜まった疲れをリセット

ザ・プリンス パークタワー東京、ザ・プリンス さくらタワー東京

断食セミナーで食と健康を学べる「週末断食2泊3日プラン ～医師・管理栄養士によるセミナー付き～」を実施

【実施日】2020年10月23日(金)、11月21日(土)、2021年1月22日(金)、2月20日(土)より2泊3日

ザ・プリンス パークタワー東京(所在地:東京都港区芝公園 4-8-1 総支配人:田口真也)とザ・プリンス さくらタワー東京(所在地:東京都港区高輪 3-13-1 総支配人:山本誠)は、セミナー付きの「週末断食2泊3日プラン～医師・管理栄養士によるセミナー付き～」を2020年10月23日(金)から全4回実施いたします。

家で過ごすことが増え健康を意識することが多くなった昨今、当ホテルではウェルネスプランを拡充し、今回は「食と健康に関するセミナー」とともに2泊3日ですっきり体を整えていただくプランをご提案いたします。セミナーはアンチエイジングの第一人者 医学博士 久保 明氏とダイエット、美肌、アンチエイジングを専門とする管理栄養士 伊達友美氏が各45分ずつ行います。先生からのレクチャーをもとに、楽しみながら断食にチャレンジしていただけます。

ザ・プリンス パークタワー東京にはバルコニー付きのお部屋や温泉等があり、一方ザ・プリンス さくらタワー東京は歴史的建造物が建つ約20,000㎡の日本庭園を有しているため、リフレッシュしながら身体と心を整えていただけます。また、ご滞在中はスープなどをお召しあがりいただきながら、断食の最終日には回復食に米粉を使用したメニューがあり、無理のない断食をご体験いただけます。

緑豊かな環境の中で、健康に関する知識を学びながら自分自身の体と向き合いたい方におすすめのプランです。



ザ・プリンス パークタワー東京
パラミックキングルーム



ザ・プリンス さくらタワー東京
サウスサイドデラックスルーム ツイン



断食メニュー イメージ

医学博士 久保 明氏

予防医療とアンチエイジング医学に取り組む。

人の老化度を科学的に測るエイジングドックを開発し、銀座医院では「プレミアムドック」を立ち上げ、その結果に基づく運動・栄養・点滴療法などを実践している。

また、サプリメントやスポーツ医学の世界最先端の情報と実践を駆使した講演や企業のアドバイザーとしても活動。



管理栄養士 伊達 友美氏

専門：ダイエット、美肌、アンチエイジング「心」と「体」と「性」にまつわる栄養学=ホリスティック・

ニュートリションをベースに、これまでに約7000人の食事カウンセリングを行う。

自身の20kg以上のダイエット、摂食障害とニキビ肌改善の体験をもとに、単なる減量ではなく「ボディラインと肌を美しく変身させる」ことを目的とした指導法を確立。



◎本件に関する報道各位からのお問合せは

ザ・プリンス パークタワー東京 マーケティング戦略/広報担当:松原、中尾根

TEL: 03-5400-1180(直通) FAX: 03-5400-1174

ザ・プリンス さくらタワー東京 マーケティング戦略/広報担当:村澤、岡崎

TEL: 03-3447-1133(直通) FAX: 03-3473-1115

「週末断食 2泊3日プラン～医師・管理栄養士によるセミナー付き～」概要

ホテル名	ザ・プリンス パークタワー東京	ザ・プリンス さくらタワー東京
実施日	≪第1回≫ 2020年10月23日(金)～25日(日) ≪第4回≫ 2021年2月20日(土)～22日(月)	≪第2回≫ 2020年11月21日(土)～23日(月・祝) ≪第3回≫ 2021年1月22日(金)～24日(日)
久保 明氏セミナー内容	全日程「食と健康に関するセミナー」	
伊達 友美氏セミナー内容	≪第1回≫ 水分の摂り方について ≪第4回≫ 糖質について	≪第2回≫ たんぱく質について ≪第3回≫ 脂質(油)について
料金	1名さま2泊あたり¥66,800より (1室2名さまご利用時) ※料金には下記内容、消費税、サービス料が含まれております。	
共通内容	・2泊3日ご宿泊 ・滞在中の断食メニュー(インルームダイニング) ・久保 明氏と伊達 友美氏による「食と健康に関するセミナー」 ・客室内にヘルスメーターをご用意 ・ミネラルウォーター(500ml)1名1泊につき2本追加 ※最少催行人員の3名に満たない場合は、セミナーの実施を見送る場合がございます。 その際は、係よりご予約のお客さまに連絡させていただきます。 ※健康保険証のご持参をお願いします。 ※本プランは2連泊限定プランです。 ※20才以上対象	
各ホテル内容	スパ&フィットネス滞在中ご利用	ブローバス、フィットネスジム滞在中ご利用
断食メニュー	1日目夕食 炭酸水、HOT 豆乳チャイ、ハーブティー(約117kcal) 2日目朝食 お湯、100%リンゴジュース、ハーブティー(約110kcal) 2日目昼食 お湯、スプラウトの甘酒スムージー、ハーブティー(約123kcal) 2日目夕食 お湯、アボカドと豆乳の冷製ポタージュ、ハーブティー(約147kcal) 3日目朝食(回復食) お湯、米粉の野菜パンケーキ、100%オレンジジュース、ハーブティー(約868kcal)	
各ホテルロケーション	 豊かな緑に囲まれたロケーション	 季節の移り変わりが美しい日本庭園
お問合せ・ご予約	宿泊予約係 TEL:03-5400-1111	宿泊予約係 TEL:03-5798-1111

※仕入れの状況により、食材・メニューに変更がある場合がございます。※写真はイメージです。

※特定原材料 7 品目食物アレルギー(えび、かに、小麦、そば、卵、乳、落花生)のあるお客さまは、係にお申し出ください。

※上記の情報はリリース配信時(10月7日)時点のものです。