

兵庫県に「FIT24 姫路飾磨店」が3月23日（月）グランドオープン！ FIT24初の高濃度酸素浴ができる「O2RECOVERY ROOM」が登場！

株式会社快活フロンティア（代表取締役社長：竹島 文明）が運営する24時間営業のフィットネスジム「FIT24（フィット24）」では、2026年3月23日（月）に「FIT24 姫路飾磨店」（兵庫県姫路市飾磨区中島）をグランドオープンします。FIT24 姫路飾磨店は全国で112店舗目になります。



■酸素浴でリフレッシュ！「O2RECOVERY ROOM」4月導入予定

この度、FIT24 姫路飾磨店に高濃度酸素浴ができる「O2RECOVERY ROOM（オーツーリカバリールーム）」を初めて導入します。「O2RECOVERY ROOM」は、気圧を変化させない"常圧高濃度酸素ルーム"なので、酸素カプセルのような耳抜きや待機時間が不要です。疲労回復の促進やリラックス効果があるため、運動後にしっかり体を休めるのにも最適です。また、室内にはデスクと椅子を設置しており、スマホで動画やSNSを見たり、読書をしながリフレッシュすることができます。

<O2RECOVERY ROOMの詳細>

料金：月額1,100円（税込）/1枠30分

席数：男性3席、女性3席（男女別仕切りあり）

導入日：2026年4月開始予定

利用可能時間：24時間

※導入日は変更になる可能性がございます。

※1日の上限は、0:00~23:59の間で30分×2枠で60分までとなります。



■3月31日（火）までの入会で、お得なオープン記念キャンペーンの対象に！

➢3月・4月・5月・6月の月会費がまとめて0円

➢7月以降の月会費が永久1,100円（税込）割引

➢各有料オプション*が最大3カ月無料（3月・4月・5月）

※キャンペーンでのご入会は、入会月を1カ月目として、7カ月以上の在籍が必要となります。

※ご入会時には、事務手数料2,200円（税込）を頂戴します。

※キャンペーン適用には条件がございます。詳しくは[こちら](#)をご確認ください。

*水素水飲み放題、安心プラスプレミアム

■FIT24の特長

①すべての会員様が快適に利用できるゾーニング

FIT24は初心者の方も上級者の方も、それぞれのレベルに合ったトレーニングができるよう、マシンのエリア分け（ゾーニング）を行っています。そのため、ご自身のレベルや目的に合った環境で快適に、効果的にトレーニングを進めることができます。

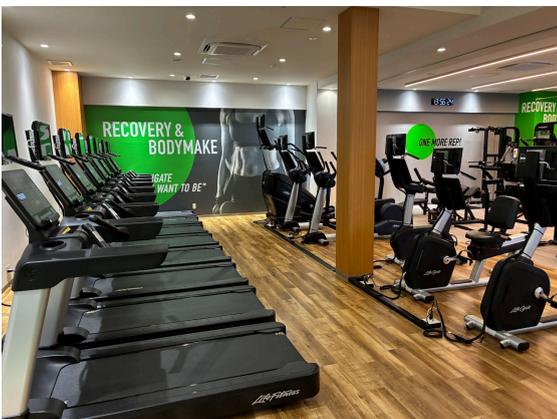
②シャワールームを完備！女性専用も！

無料で利用可能なシャワールームには、ドライヤー・シャンプー・ボディソープを完備しており、トレーニング後のリフレッシュとして気軽にご利用いただけます。また、シャワールーム・トイレは女性専用の設備も完備しているため、女性の会員様も快適に安心してご利用いただけます。

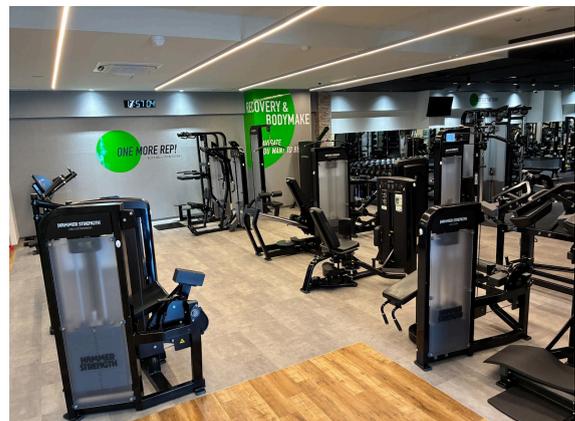
③ジム初心者でも安心！スタッフが無料でサポート

FIT24では、ご入会後のサポートとしてジムでのトレーニングスタートをサポートする「スタサポ」が誰でも受けられます。マシンの使い方から効果的なトレーニング方法のレクチャー、お悩みに合わせたおすすめマシンのご案内など、お客様に寄り添ったカリキュラムで初心者のジムデビューをサポートします。

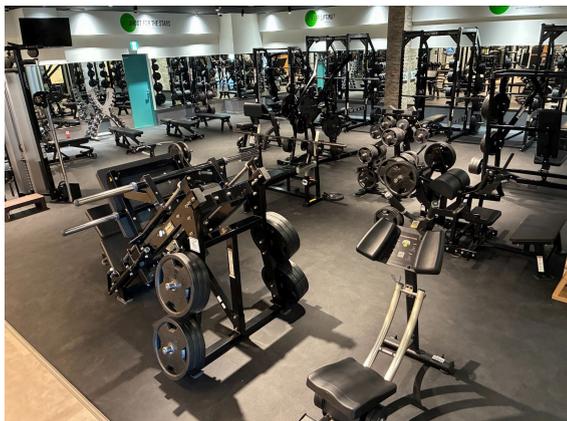
※スタサポについて、詳しくは[こちら](#)をご覧ください。



▲トレッドミルを中心とした有酸素マシンが揃うエリア



▲初心者向けの筋トレマシンエリア



▲上級者向けのマシンも豊富なフリーウェイトエリア



▲ダンベル周辺にはベンチを多めに設置

FiT24 姫路飾磨店

住所：兵庫県姫路市飾磨区中島483

オープン日：2026年3月23日（月）10:00

営業時間：24時間営業（スタッフアワーは10:00～20:00）

設備：有酸素マシン14台、筋トレマシン15台、パワーラック3台、スミスマシン1台、ダンベル1kg～50kg、
日焼けマシン1台、水素水1台、InBody1台、プロテインサーバー1台、骨盤底筋チェア1台、
O2RECOVERYROOM6席、更衣室3室、トイレ3室、シャワー4室

月会費：6,980円（税込7,678円）

「FiT24 姫路飾磨店」WEBページ：<https://www.fit24.jp/shop/himejishikama.html>

※マシンラインアップは変更になる場合がございます。

<無料の施設体験について>

開催期間：2026年3月23日（月）～3月31日（火）

開催時間：10：00～19：30

※体験する際は会員登録（無料）が必要です。

■24時間フィットネスジム FiT24について <https://www.fit24.jp/>

『なりたい自分へナビゲート』をコンセプトにした、RECOVERY & BODYMAKE GYMです。"フィットネスで会員様のなりたい姿(カラダ)に寄り添い、目標達成までご案内する"をテーマに毎日24時間いつでも、“快適なトレーニング環境”と“充実したサービス”を提供します。（2026年3月23日現在112店舗）

ニュースリリースに記載されている情報は発表日当日のもので、このため、時間の経過あるいは後発的なさまざまな事象によって、内容が予告なしに変更される可能性があります。あらかじめ、ご了承ください。