



島田厚 中井英人 大見謝光 崎村由美子 末吉いずみ 玉城由希乃 仲泊英子 並里美由紀 中村美加 斉藤友希 堀田大輔 芙美 Ryoko

カラダとココロの健康をお届けするフィットネスイベント

2011年6月26日(日曜日) 10:00 ~ 15:30 (開場 9:30)

入場無料

ドラゴンアート
ボディケアマッサージ
機能改善体操
ネイルカラー
ハンドマッサージ



心と体は繋がっています。体が癒されることで、心が癒やされることもあります。心とからだを癒しに来てください。今回は、ボディケアマッサージ、機能改善体操、ハンドマッサージ、ネイルカラー、心理フラワーカウンセリング、手作りパンなど、心とからだに喜ぶブースを用意し、皆様をお待ちしております。なお、当日、ブースコーナーにおいて、先着150名様に、健康チャリティーオリジナルTシャツ、タオルを販売します。インターネットよりもお買い求め易くなっておりますので、是非この機会にお買い求めください。

*ご購入頂いたTシャツ・タオルの代金は、必要経費を除いた全額をチャリティー団体を通して被災地の復興に役立てます。

会場：沖縄市民会館 (中ホール)

沖縄県沖縄市八重島 1-1-1



【路線バスをご利用の場合】
胡屋バス停下車、徒歩約15分になります。

【お車でのお越しの場合】
沖縄自動車道 沖縄南ICを降り、信号を左折。
約2km直進すると右手側に沖縄市民会館が見えます。

時間	内容	詳細
10:00	コラボレーション エアロ (有料) *参加対象者18歳以上	・那覇ハーリー優勝チームパフォーマンス (エアロ&ダンス) ・コラボレーションエアロ (沖縄人・大和人) 沖縄人と大和人 人気インストラクターのまたとない共演。 心とカラダが喜ぶエアロピクスで体感しエネルギーを全快に！ 輝く命のバトンをつなごう。
11:50	つながりタイム (無料) *どなたでも	つながり体操 (タオルを使った簡単体操)
12:00	いっしょに踊ろう キッズダンス (無料) *どなたでも	・キッズダンスパフォーマンス ・キッズダンス体験 (リードMIYA) (大人も子供も楽しめる簡単なダンス)
12:40	つながりタイム (無料) *どなたでも	車椅子バスケットチーム 「SEASIRS」 九州地区予選福岡大会 3年ぶりに優勝を果たす！ 練習の一部を披露します。 メンバーと一緒にからだを動かそう。
13:00	ヨガ&マーシャル (有料) *参加対象者18歳以上	陰と陽・太陽と月・昼と夜… この世は二極化の世界。 このクラスでは、ヨガの静・マーシャルの動を融合することで、その二極のボーダーを取り除きます。グレーゾーンがあることで生まれる本当の調和を味わってください。
14:00	フラダンス (有料) *どなたでも参加 できます。	・フラダンスデモンストレーション (レイ アロハ フラストアジオ) ・フィットネスフラ体験レッスン alo=分かち合う、ha=呼吸という2つの言葉からなるaloha。 「呼吸を分かち合う=共にいることを祝福しあう」 伝統のあるフラを誰でも親しめるようフィットネス向けにアレンジ。 カネ(男性)インストラクターがお届けするのも注目です！
15:00	フィナーレ& 大抽選会	

*当日発生したケガ・事故等につきましては責任を負いかねますので、ご自身の健康・安全管理のもとにご参加ください。

*更衣室はございません。(貴重品等はご自身の責任で管理願います。)

■チャリティー先団体

- ・『FIT-R』 フィットネスで被災地の『げんき』を創ります。
FIT-Rとは『fitness revolution』の意味を持ち、新しいカタチのフィットネスを創造し続けます。
- ・東日本大震災被災者支援プロジェクト一般社団法人「つなぐ光」

■有料レッスン定員&参加費

- ・コラボレーションエアロ 定員 80名 ￥1,000
- ・ヨガ&マーシャル 定員 60名 ￥500
- ・フラダンス 定員 80名 ￥500

■お申込み方法 **btb@office-needs.com** (BTB イベント事務局) HP <http://mpp-forest.jimdo.com/>
件名に「イベント申し込み」としていただき①~④までの内容を記入してお申し込みください。

①氏名 ②年齢 ③電話番号 ④参加クラス

*メール着信後、振込先を返信させていただきます。3日経っても返信がない場合はお手数ですが再送信してください。
定員に達した場合はキャンセル待ちの旨をお知らせいたします。尚、キャンセルに伴う返金は致しかねます。

