

FITNESS

japan

2018.OCT
NO.384
10
520YEN



JWIピックアップ・プログラム特集

JWI Radio体操

中田成裕 (AFAA / JWI指導陣)

竹中尚子 (AFAA / JWI指導陣)

PFT (Personal Fitness Trainer)

大塚敬幸 (AFAA / JWI指導陣)

EVENT

クルーズヨガ プラズマ乳酸菌セミナー

フィットネスコレクション2018 第20回OKJサマーキャンプ2018

求人&養成はPC・スマホ・携帯でもチェック!! jF-wORK (<https://fj-work.jp>)





東京・京都 国内外から豪華プレゼンターが集結 フィットネスコレクション 2018

● 7月7日(土) @KSBホール(京都府京都市)、7月8日(日) @品川インターシティホール(東京都品川区) ● 主催: MAKIスポーツ、YKG

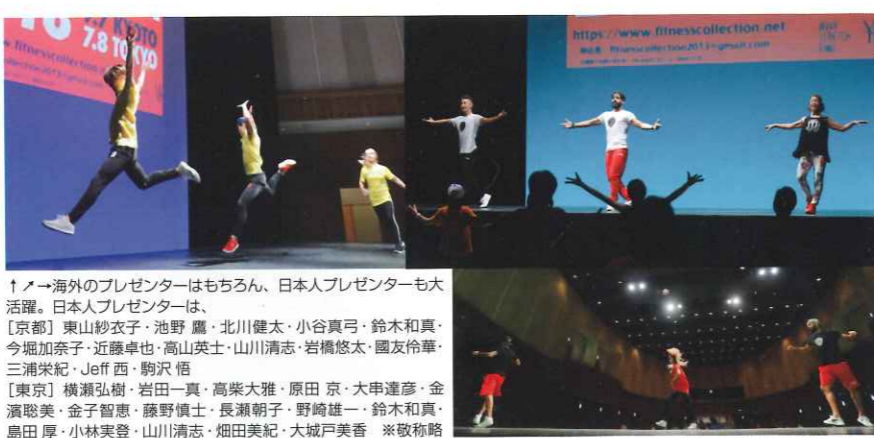


↑開催中、記録的大雨の影響もあり、開催も危ぶまれたとのこと。そんな中、大勢の方の参加があり、無事に終了しました

← ウェーブストレッチングでお馴染みのMAKIスポーツ。代表取締役の牧さんもウェーブストレッチのレッスンを担当しました



↑フィットネスコレクション 2018では、レッスンの他にファッションショーや牧さんのリサイタルも行われました



↑海外のプレゼンターはもちろん、日本人プレゼンターも大活躍。日本人プレゼンターは、
[京都] 東山紗衣子・池野 薫・北川健太・小谷真弓・鈴木和真・今堀加奈子・近藤卓也・高山英士・山川清志・岩橋悠太・國友伶華・三浦栄紀・Jeff 西・駒沢 悟
[東京] 横瀬弘樹・岩田一真・高柴大雅・原田 京・大串達彦・金 演聡美・金子智恵・藤野慎士・長瀬朝子・野崎雄一・鈴木和真・島田 厚・小林実登・山川清志・畑田美紀・大城戸美香 ※敬称略

東京 今年テーマは、「尊重・多様性・共助・共創」 第20回OKJサマーキャンプ2018

● 7月30日(月)～8月1日(水) @国立オリンピック記念青少年総合センター(東京都渋谷区)
● 主催: OKJエアロビックファミリー、(一社) 22世紀親子から育て塾 ● 特別協賛: 日本水産(株)

創立20周年を迎え、益々エネルギーに活動するOKJエアロビックファミリーが、今夏から始動した(一社)22世紀親子から育て塾と共催で恒例の「第20回OKJサマーキャンプ2018」を7月30日(月)から8月1日(水)まで国立オリンピック記念青少年総合センターで開催されました。今年テーマは、「尊重(リスペクト)・多様性(ダイバーシティ)・共助・共創」。サマーキャンプ開催期間中、アスリートを目指す子どもたちやエアロビックを楽しむ子どもたちが関東や東北などから延べ約300名が集まり3日間、多様なトレーニングを実施し、真剣にまた笑顔いっぱい練習しました。子ども達の演技では「助けて〜」「いいよ〜」「ありがと〜」の言葉が響き渡り、保護者や指導者は涙をにじませて感謝する姿があちこちで見られました。今回は、幼児対象のキッズビート体操、心と身体を存分に動かすジュニアビート、エアロビック競技の練習に取り組む(育成クラス)、エアロビック競技の全国大会を目指す(選抜クラス)、子ども達を温かくサポートするママのための美芽育体操、小中高校生対象の上田泰子さんによる座学「保健体育」の講座～スポーツマンシップってなんだろう、自分のからだ育てよう、などが行われ、充実のサマーキャンプになりました。2019年は、7月28日(日)～31日(水)開催予定とのこと。



↑上: 3日間で延べ約300人が参加。2日目参加者との集合写真
下: 指導者の参加も20名を超えます



↑上田さんが講師を担当した「親子から育て塾学」。子どもも保護者も真剣です



↑いつも大盛り上がり「キッズビート体操」
↑毎年大好評の「ママの美芽育体操」



↑3歳から高校生まで参加したお楽しみ会



↑オリンピックセンターは緑がいっぱいで子ども達も大喜び
←OKJオリジナルうちわを手にして行われた「OKJうちわ体操」
↑「食堂大好き!」みんなでご飯を食べるのも合宿の3大楽しみのひとつ。3大楽しみは、①お風呂 ②食事 ③みんなで寝る事、だそうです



神奈川 横浜の海で海上からの絶景をバックにヨガ ヨガプラスイベント「クルーズヨガ」

● 8月5日(日) @横浜の象の鼻橋発着場・赤レンガ倉庫・みなとみらい、ベイブリッジ等(神奈川県横浜市)
● 主催: (株) ぜん



←初開催のクルーズヨガでしたが、大勢の方が参加。リードを担当したのは、ヨガプラスの人気インストラクター Kosaiさんと Ayumiさん

東京・横浜・埼玉・大阪に19店舗展開しているホットヨガ・常温ヨガ専門スタジオ「ヨガプラス」が、8月5日(日)に「クルーズヨガ」イベントを開催しました。クルーズヨガは、完全予約制イベントで、横浜の海で海上からの絶景をバックにヨガを行う、ヨガプラス初の試みとなるイベントでした。

当日は、天候にも恵まれ、横浜の象の鼻橋発着場をスタートし、赤レンガ倉庫、みなとみらい、ベイブリッジなどの絶景をバックにヨガとクルーズを大勢の参加者が楽しみました。参加者の方からも気持ち良かったとの声が多数あり、第2弾、第3弾への期待も高まる素敵なイベントでした。



↑天候にも恵まれ、海上からの絶景をバックにヨガをする非日常を楽しみました。心と身体を気持ちよくチューニングできたことで船の揺れによる酔いにならなかった方が一人もいなかったそうです

東京 プラズマ乳酸菌が激しい運動後の免疫力低下を抑制することを発表 キリン独自素材「プラズマ乳酸菌セミナー」

● 7月6日(金) @コンファレスクエア エムプラス(東京都千代田区)
● 主催: キリン(株)

←左から、宮本奈緒子氏、宮本和知氏、島田和典氏、藤原大介氏

キリン(株)は、「プラズマ乳酸菌の働きとスポーツ医学領域における新展開」のセミナーを開催し、激しい運動がもたらす免疫力低下をプラズマ乳酸菌が抑制するという新たな研究結果を発表しました。

当日は、キリン(株) 藤原大介氏より、プラズマ乳酸菌が免疫の司令塔・プラズマサイトイド樹状細胞を活性化すること、そして風邪やインフルエンザ、肌フローラについての働きについて、これまでの研究結果の説明がありました。続いて、サッカー日本代表のチームドクターを務めたことがあり、多くのプロアスリートの体調管理の経験を持つ、順天堂大学医学部循環器内科学講座 先任准教授の島田和典氏より、通常激しい運動後に生じる免疫力低下をプラズマ乳酸菌が抑制し、体調不良や疲労感を改善するという最新の研究結果の報告がありました。

また、元プロ野球選手の宮本和知氏と奈緒子夫妻、島田氏によるトークセッションが行われ、宮本氏が日々の体調管理にプラズマ乳酸菌を取り入れていることや、野球だけでなく幅広いスポーツ分野でプラズマ乳酸菌が期待できる、という話がありました。



↑島田和典氏の講演の様。 「プラズマ乳酸菌の働きとスポーツ医学領域における新展開」についてのお話がありました



↑藤原大介氏の講演の様。キリンの研究する「プラズマ乳酸菌」の、これまでの研究結果の紹介がありました



↑元プロ野球選手の宮本和知氏と奈緒子夫妻を迎え、島田氏と「スポーツ分野でのプラズマ乳酸菌の可能性や、日々の体調管理へのプラズマ乳酸菌の利用」についてのトークセッションも行われました



↑今回のセミナーは、総勢約50名のメディア関係者の来場があり、激しい運動後の免疫力低下対策や、研究成果を通じた「プラズマ乳酸菌」の可能性について質問する記者もいて、盛況に終わりました