

夏の定番！今注目の「ラジオ体操」で一日を元気にスタート
ホテルの庭園でモーニングストレッチ & ラジオ体操

2012年8月10日(金)～16日(木)

株式会社ホテルオークラ神戸(所在地:神戸市中央区波止場町、代表取締役社長:西本克彦)では、ホテル内の緑あふれる日本庭園にて、身体を目覚めさせるコンディショニング体操と今再び注目を浴びている夏の定番「ラジオ体操」を、主に宿泊者向けの催しとして、8月10日(金)から16日(木)の早朝に開催いたします。

ホテルオークラ神戸では、毎月1回早朝にウォーキングイベントを行なっておりますが、日本庭園での体操は今回が初めての開催となります。夏でも早朝は比較的動きやすい上、朝ゆっくりと身体を目覚めさせる体操や運動することで、すっきりと爽やかに一日を始めることができます。また、ラジオ体操は手軽にできる運動やダイエット法ということで本が出版されるなど今再び大人の間で注目を浴びています。今回開催する「モーニングストレッチ & ラジオ体操」では、ホテルオークラ神戸のフィットネスクラブのトレーナーの指導により、コンディショニングや体操を行なってまいります。また、参加者には日中の熱中症予防にも役立てていただけるよう、ミネラルウォーターとホテルオリジナルのうちわをプレゼントいたします。

詳細は次のとおりです。

■「モーニングストレッチ & ラジオ体操」開催概要

- 1.期間/8月10日(金)～16日(木) [7日間]
- 2.時間/6:50a.m.～7:00a.m.
- 3.場所/ホテルオークラ神戸 1階「日本庭園」
- 4.内容/ホテルのヘルスクラブトレーナーの指導による
身体を目覚めさせるコンディショニングの体操
及びラジオ体操第一
- 5.参加/無料、予約不要



ホテルオークラ神戸の日本庭園

■一般の方のお問い合わせ

ホテルオークラ神戸 企画広報課 TEL.078-333-3503(直通)

■報道関係者の方のお問い合わせ

ホテルオークラ神戸 企画広報課 TEL. 078-333-3503 FAX. 078-333-3579
担当: 鶴丹谷(うにや) MB.090-1447-5395