

## ファイテン&ぴあ コラボレーションランニング 「走って若くなろう！」プロジェクト開催！

健康・スポーツ業界を得意とするファイテン株式会社とエンターテイメントを得意とするぴあ株式会社のコラボレーションが実現！いままでになかったランニング・コンテンツをお届けしていきます。

記念すべき第1回は「まだ遅くない！走って若くなろう」をテーマにしたダイエット対策です！

スポーツが苦手な方も大丈夫。むしろスポーツ初心者が対象です。

これまで若さや体型を気にかけながらも、つつい忙しく疎かになりがちの方が対象です。今大流行のアンチエイジングやスロートレーニング、ランニングをしてダイエットしましょう！！

目標は10kmを90分以内で走ること！

これを機に、運動への苦手意識を克服し、健康な体作りへ導きます。

講師はプロのアスリートを指導するファイテン社トレーナーの中村俊介氏やアンチエイジングではその人と名高い、日比野佐和子先生。そして皆さんと一緒に走ってくれるのはランニング大好き、タレントの森脇健児さんと西谷綾子さん。

その道のプロが、無理せず少しずつ行なえる実践的トレーニングをお伝えし、運動に親しみをもってください。

(URL: <http://www.pia.co.jp/diet/>)

### 【コンセプト】

若さや体型を気にかけながらも、疎かになりがちな方を対象に、アンチエイジングやスロートレーニング、ランニングで若さを保つ講習会を実施します。

### 【実施内容（抜粋）】

目標は10kmを90分以内で走ること！

この講習会を機に、運動への苦手意識を克服し、健康な体作りへ導きます。

約2ヶ月に渡り4回の講習を受けて、日々の生活に刺激を与え、体を健康にしましょう！

### 【講師・ゲスト】

講師はプロのアスリートを指導するファイテン社トレーナーの中村俊介氏やアンチエイジングの専門医・日比野佐和子先生。

ゲストにはタレントの森脇健児さんと西谷綾子さん。

### 【日程・会場】

3月10日（土） 第1回講習「スロートレーニング&ストレッチ講座」  
第2回講習「セルフ・ボディマネジメント講座」  
時間：A組 第1回講習 11:30～13:00 第2回講習 13:30～15:00  
B組 第1回講習 13:30～15:00 第2回講習 15:30～17:00  
受付：国立競技場 1F中央ホール  
※ 開場は各回20分前。

3月18日（日） 第3回講習「ビフォーラン～トレーニングの始まり～」  
集合場所：皇居外苑桜田門内時計前  
A組 9:00集合 / B組 13:00集合

3月31日（土） 中間走行会※任意参加イベントです

4月8日（日） 中間走行会※任意参加イベントです。  
集合場所：神宮外苑フィットネスクラブ・サマディ

4月22日（日） 第4回講習「アフターラン～継続への第一歩～」 & アフターパーティー  
時間・集合場所：9:00 皇居外苑桜田門内時計前

【料金・一般発売日】

一般発売：2012年2月1日（水）各回50名 計100名（整理番号付チケット）

Pコード：987-619

チケットぴあサイト (<http://pia.jp/t>) のみにて販売。

参加費：25,000円（アフターパーティー費込）

※ ぴあプレミアム会員割引料金：22,000円（アフターパーティー費込）

【参加特典】

1. ファイテン社特製ボディケアキット（e-water 120ml／チタンパワーテープ）をプレゼント！
2. 講師の日比野佐和子先生の著書「これだけで若返りは可能です」（東洋経済新報社刊）を進呈！
3. 「ファイテン銀座 IP サロン」2時間無料体験

専門のスタッフが体脂肪量や骨格筋量などの体成分、筋肉のバランスや姿勢を測定し、現在の体の状態を教えてくれると共に、適切なアドバイスをしてくれます。

体験期間：2012年2月1日（水）～3月31日（土）