

食欲の秋を存分に楽しむためにカラダの準備をしよう
『コバラサポートpresentsスタイルアップセッション』
8月31日(土)SHARE GREEN MINAMI AOYAMAにて開催！
参加者から抽選で豪華1dayレッスンに参加のチャンス

コバラサポートイベント事務局は、女の子が知りたいファッションアイコンの“イマ”がわかるWEBメディア「girlswalker」のサポートのもと、8月31日(土)に『コバラサポートpresentsスタイルアップセッション』をSHARE GREEN MINAMI AOYAMAにて開催いたします。



コバラサポートは、空腹時に飲むとおなかの中で膨らみコバラを満たすダイエットサポート飲料です。「この夏引き締めた体をこのまま維持したい」という方を応援するべく、夏の終わりに本イベントを開催します。食講座・ヨガ・フィットネスそれぞれの人気ゲスト講師によるレッスンが受けられ、参加特典もご用意しております。

食講座は、サプリやつらい運動をせずに脂肪を燃焼させるカラダをつくる「食べ痩せメソッド」を教わるチャンス。ダイエットの焦りや不安から解放されたい方に受けていただきたい講座です。ヨガ・フィットネスは南青山に広がる芝生の上で実施いたします。開放感を味わいながら心も体もリフレッシュできます。

食講座・ヨガ・フィットネスの中から1セッションのみご参加いただけます。みなさまのご参加をお待ちしております。ぜひご応募ください。

【コバラサポートpresentsスタイルアップセッション】

開催日時：2019年8月31日(土)

会場：SHARE GREEN MINAMI AOYAMA(東京都港区南青山1丁目12-32)

東京メトロ銀座線／半蔵門線／都営大江戸線「青山一丁目駅」4番(南)出口より徒歩4分
東京メトロ千代田線「乃木坂駅」5番出口より徒歩4分

応募期間：2019年8月15日(木)～8月29日(木) 15:00

※応募者多数の場合は抽選とさせていただきます。予めご了承ください。

※当選者にもメールにてご連絡いたします。

応募方法：下記応募フォームよりご応募ください。

URL <<https://girlswalker.com/?p=216118>>

お問い合わせ先：kobara@vectorinc.co.jp

【セッション内容】

セッション1

講義 『食べ痩せメソッドの基本&即実践できる腹痩せながらトレ』

時間：受付 14:45～／レッスン 15:30～

場所：屋内

講師：もりもとさちこ

定員：100名

<講師プロフィール>

産後通い始めたバランスボールレッスンでカラダやココロの大きな変化を感じ、インストラクターの資格を取得。バランスボールエクササイズでダイエットに成功したことをきっかけに、ダイエットクラスを開催。しかし運動だけでは限界を感じたため、食べ痩せメソッドを学び運動と食によるクラスを開催。1人でも多くの女性がダイエットから解放されることを目指し活動を続けている。



セッション2

ヨガ 『美筋ヨガ～サヨナラでしゃばり前もも様！～』

時間：受付 17:30～／レッスン 18:00～

場所：屋外

講師：廣田なお

定員：60名

<講師プロフィール>

「自分を好きになろう」をモットーに、自分自身が納得できる身体作りをベースとした「美筋ヨガ」を考案。女性らしいしなやかなボディを目指す女性に定評を得ている。銀行退職後、大手ヨガスタジオにて年間数百本のレッスンを経験しこれまでに6000人以上を指導。現在は、自身のスタジオ「ヨガスタジオHOME」でレッスンをする他、全国各地の音楽イベントにも多数出演し、多方面において幅広く活動中。



セッション3

フィットネス 『お腹スッキリ脂肪燃焼プログラム』

時間：受付 19:30～／レッスン 20:00～

場所：屋外

講師：Anna

定員：60名

<講師プロフィール>

ジムインストラクターの姉に救われ、自身のうつ病、摂食障害を克服。姉と同じように健康の大切さを広めたいと思い、ジムインストラクターとなる。妊娠できないと言われていた体質を運動や食事で改善し、30歳のときに出産。子育ての合間に自宅でトレーニングを行い、産後ダイエットにも成功した。現在はインストラクターとしての指南だけでなく雑誌記事、アプリ監修、セミナー活動を始め、インスタグラムでは運動習慣、生活習慣病の予防を伝え続ける。



〈注意事項〉

- ・受付は、セッション1は45分前、セッション2・3は30分前から行います。
- ・会場にはロッカー・更衣室・ヨガマットの準備はございません。ヨガ/フィットネスにご参加の方は、必ずヨガマットをご持参ください。
- ・ヨガ/フィットネスは屋外イベントのため、必要に応じて飲料をご持参ください。
- ・活動中及び活動に関連して起こる事故及び怪我などには、主催者側では責任は負いかねますので、ご了承いただいた上で各自でご注意ください。
- ・雨天、荒天の場合はヨガ・フィットネスも屋内にて実施いたします。
- ・スケジュールは変更する場合がございます。
- ・イベントの様子は主催・運営関係者・プレスが取材・撮影を行わせていただき、広報・宣伝活動などに利用させていただくことがございます。ご了承の上、お申し込みください。

■抽選でさらに特別なイベントにご招待！

イベント参加者から抽選で、本イベントの内容をさらに深めた「スタイルアッププレミアムday」にご招待します！

☆少人数限定

本イベントは15名と少人数で実施いたします。インストラクターよりひとりひとりに寄り添ったアドバイスをもらえる、よりパーソナルな体験ができる場となっております。

☆内側からもキレイを目指す

当日はスペシャルランチをご用意いたします。内側からもキレイになりたい人をサポートいたします。

☆非日常空間でリラックス

東京から少し離れた場所で、座学とアクティビティを通してそれぞれの理想の「キレイ」に近づきます。

一日体を動かした後は、「美肌の湯」と称される湯河原の温泉でゆっくりお休みいただけます。

【コバラサポートpresentsスタイルアッププレミアムday開催概要】

開催日時：2019年10月6日(日)

会場：湯河原リトリート ご縁の杜

アクセス：東海道線JR湯河原駅 徒歩5分（交通費支給）

内容：食講座、ヨガ、フィットネス

講師：もりもとさちこ、廣田なお、Anna

定員：15名程度

参加条件：8月31日(土)開催の『コバラサポートpresentsスタイルアップセッション』にご参加いただき、当日アンケートに回答された方の中から抽選。

※上記内容は変更する場合がございます。あらかじめご了承ください。

【girlswalker】

株式会社スマートメディアと株式会社W TOKYOが共同運営する、女の子が知りたいファッションアイコンの"イマ"がわかる東京ガールズコレクション公式スマホメディア。今をときめくファッションアイコンのタイムリーな出来事や、彼女たちが今まさに注目するモノ・コトを紹介するスマホファーストなニュースサイトです。