

全プログラム決定！ 一般参加型の大規模トータルウェルネスイベント

LIFE TUNING DAYS “WELLNESS SCRAMBLE”

6月11日(土)-6月12日(日)に渋谷ストリームで開催

主な講師・出店社代表に SHIHO、福田萌子、岡部友×ゆりやんレトリィバァ、
池谷直樹、黄皓、小田茜、吉川プリアンカ、渋谷ゆり など

全40レッスン・50ブランドの出店ブース

入場無料・プレゼント特典有。レッスンは有料クラスと参加費を自由に設定するドネーションクラス。
ヨガをはじめとしたエクササイズや、食やアロマのワークショップ、専門家による多彩な講座を用意。

株式会社B-connect（本社：東京都千代田区、CEO/ファウンダー：高橋荘吉）は、2022年6月11日(土)、
12日(日)の2日間、LIFE TUNING DAYS “WELLNESS SCRAMBLE”を渋谷ストリームで開催します。



LIFE TUNING DAYSは、ヨガをはじめとして、ワークアウトやオーガニックフード、美容、ライフスタイルなど、現代を生きる人の「心と身体を整えるためのヒント」を提供してまいりました。本イベントでは、コロナ禍で一変した新しい日常の中、1人ひとりが本当に自分が求める「心地よい生き方」を見つけるための、さまざまなウェルネスに触れられる場所をめざします。

イベントのコンテンツは、BODY TUNING、MIND TUNING、INTERFACE TUNING、INNER TUNINGの4つのテーマを横断して構成され、ヨガプログラムやトークセッション・講座などの全40レッスンや、多数のウェルネスブランドなど50ブランドのブースが出店します。

当日は、LTD TOTAL AMBASSADOR/モデルとして活躍するSHIHOさんや、LIFE TUNING BODY LEADER/モデルの福田萌子さんによるヨガやストレッチレッスン、ゆりやんレトリィバァさんはトレーナーの岡部友さんとPOWERHIPNESSスペシャルトークショーを行うなど、多彩なゲスト講師陣が11日と12日の2日間にわたってレッスンをを行います。レッスンは有料レッスンと、参加費を自由に設定いただくドネーションクラスの2つとなります。会場への入場料は無料で、来場時には協賛企業からのプレゼント特典もあります。

イベント初日（6月11日）にはプレスカンファレンスを開催予定。LIFE TUNING DAYSのオープニングプレゼンテーションとトークセッションを主催LTD制作委員会とコラボレーションパートナーが実施いたします。



SHIHO
LTD TOTAL AMBASSADOR /モデル



福田萌子
LIFE TUNING BODY LEADER
モデル/スポーツトラベラー



加藤超也
INNER TUNING LEADER
長友佑都専属シェフ



西畑亜美
LIFE TUNING ADVOCATE
ヨガインストラクター



北風百恵
LIFE TUNING ADVOCATE
ヨガインストラクター



西林さき
LIFE TUNING ADVOCATE
ソーシャルヨガプランナー



TSUKI
LIFE TUNING ADVOCATE
ヨガライフスタイリスト



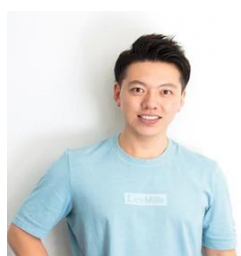
相楽のりこ
ヨガスタジオオーナー
ヨガ講師



岡部友 × くりやんレトリイバト
トレーナー



SOICHIRO
トレーナー



Featuring 黄皓/YUI



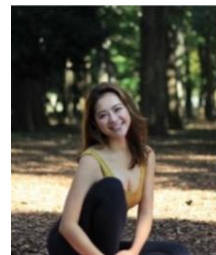
渋谷ゆり
ボディメイク美容家



吉川プリアンカ
モデル
実業家



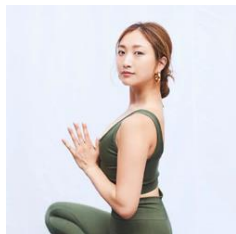
小田茜



菊池華蓮
ヨガインストラクター
健康管理士/温活師
美容専門学校講師



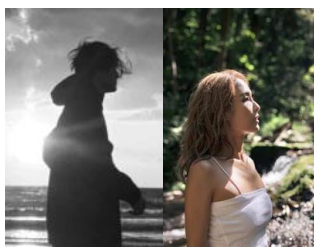
池谷直樹
元体操選手
サムライ・ロック・オーケストラ主宰
・総合演出・出演



岡 清華
管理栄養士
アーユルヴェーダ・
ヨガ講師



池田莉子
ヨガインストラク
ター
モデル



八木勇生
神社インフル
エンサー
作家、エッセイ
スト

RiRi
心理デザイナー/モデル
屋久島Retreat Tour主催
ウェルネスインフル
エンサー



太田千瑞
(一社)がっこうヨガ
推進委員会
代表理事



南舞
公認心理師/
臨床心理士/
ヨガ講師

WELLNESS SCRAMBLE! WELLNESS SCRAMBLE! WELLNESS SCRAMBLE!



TIME TABLE 6.11 sat

6F メインクラス

5F 講座エリア FREE ステージ

4F ヨガエリア FREE ステージ

9:00

10:00

11:00

12:00

13:00

14:00

15:00

16:00

17:00

18:00

19:00



10:00~10:45
 顔も身体もツヤツヤ!
 オイル美容 supported by VIRCHE
 <アフリカから上巻>
 乾燥・年齢サインに「マルラオイル」



10:00~10:45
 conditioning yoga
 ~自分を整え、自分に運る~
 supported by [sn] super.natural



11:30~12:30
 心と身体を整える
 ヨガ&瞑想
 by SHIHO



11:15~12:00
 今から始める新習慣!
 デリケートゾーンの粘膜ケア
 人には聞けない
 陰美容と女性ホルモン



11:15~12:00
 Ocean wave yoga
 supported by seeset



13:00~14:00
 バレエの動きで
 スタイルアップ
 ストレッチ



12:30~13:15
 腸と脳の整え方
 腸専門医師が伝える
 体も心も美しくなれる
 内臓美力



12:30~13:15
 親子で楽しむ子どもヨガ
 supported by thermo mug



14:30~15:30
 岡部友×ゆりやんレトリイバ
 POWERHIPNESS
 スペシャルトークショー
 supported by 宮本真樹・SPICE
 UP FITNESS・FITNESS SHOP



13:45~14:30
 家族みんなで
 有酸素×ペビトレヨガ
 supported by thermo mug



13:45~14:30
 “ゆらぎを整えるヨガ”
 supported by Theotis Yoga Dress
 足指から背骨へ、呼吸に合わせて動く



16:00~17:00
 Yoga×水
 ~アスリートを支える
 土台をととのえる~
 supported by OrBS



15:00~15:45
 CBDと
 マインドフルネスライフ
 supported by elixinol



15:00~15:45
 コアトレで自分至上最高な
 ボディラインへ
 supported by Do One Good
 骨盤矯正ヨガやコアトレーニング
 を中心に、産前産後も美しく



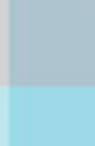
17:30~18:30
 「丁寧生きよう」
 トーク&ヨガレッスン
 supported by
 THE POTAGE/TODAY



16:15~17:00
 マイ・ウェルネスCBD
 supported by MUKOOMI



16:15~17:00
 Footリカバリーヨガ
 supported by Ipanema
 ビーチサンダルを履いて行うyoga



18:45~19:30
 FREAK'S TUNING CLUB
 SPECIAL LESSON
 supported by FREAK'S STORE



17:30~18:15
 "IMMERSIVE SOUND JOURNEY"
 ~ SOUND に乗る
 インナーメディテーション~



17:30~18:15
 心と身体を緩める
 ヒーリングヨガ
 supported by OTO



18:45~19:30
 アライメントフロー



TIME TABLE 6.12 sun

6F メインクラス

5F 講座エリア FREE ステージ

4F ヨガエリア FREE ステージ

9:00

SOICHIRO
Featuring 黄皓 /
YUI

9:30~10:30

BODYCOMBAT

30min

supported by 東急プラザ
渋谷 × MIRROR FIT.

胃腸良子

10:00~10:45

うんちも宅ける?
「運動不足は腸内細菌を減少させる!」
エクササイズで変わる腸内フローラ
supported by soosot

8:00~9:00

green bird × LIFETUNING DAYS

渋谷ごみ拾い

〜一日の始まりに渋谷の街を
綺麗にしよう!〜

10:00

太田千瑞 /
南舞 /
西林さき /
TSUKI

11:00~12:00

がっこうヨガプロジェクト presents
モヤモヤ虫をやっつけろ!
楽しく学校に行ける
心と体づくりに
supported by thermo mug岸 仕周 /
菊池華蓮

11:15~12:00

水と私たちのこれから
supported by OrBS

倉本ななこ

10:00~10:45

balance flow yoga
supported by
RHYTHM & BALANCE

11:00



YURI

11:15~12:00

心身の巡りを高めるヨガ
supported by ON&DO

12:00



小田茜

12:30~13:30

快活!
心身ニコニコヨガ
リラックスヨガ
supported by 伊藤園

辻岡なほみ

12:30~13:15

Core&Mobility
(体幹力 & 可動性)
supported by ノイプロビューティ

西畑亜美

12:30~13:15

美姿勢ヨガ

13:00



池田莉子

14:00~15:00

ヘルシーヨガ
〜インナービューティーを豊かに〜
supported by ノイプロビューティ中島佐知子 /
Alysa

13:45~14:30

「笑顔を育てるハーブとCBD」
supported by Feltrina
〜専門家とハーバリストが提案〜

西林さき

13:45~14:30

コンディショニングヨガ
〜心身のバランスを整える〜

14:00



Mao

15:00~15:45

リフレッシュフロー
「動」と「静」の動きを組み合わせる
ことで心身のバランスを整え
リフレッシュしていきましょう

TSUKI

15:00~15:45

evening slow flow yoga

15:00



岡清華

15:30~16:30

“誘導瞑想”
supported by MOTHER 寺子屋
〜本当の自分に出会う
静寂なジカン〜+green
斉藤織志

16:15~17:00

ボディートーク /
エムレス施術士が語る
「人間のカラダに秘められた
すごいチカラ」

北風百恵

16:15~17:00

ベーシックヨガ
supported by FILA
いま、ここ。

17:00

八木男生 /
RiRi

17:00~18:00

Spirit & Real
体と心のセットアップ

18:00

19:00

■LIFE TUNING DAYS “WELLNESS SCRAMBLE”概要

イベント名	LIFE TUNING DAYS “WELLNESS SCRAMBLE”
開催日程	2022年6月11日(土) – 12日(日) (2days) DAY 1 6月11日(土)9:30 –19:00 DAY 2 6月12日(日)9:00 –18:00
会場	渋谷ストリーム4～6階 (住所：東京都渋谷区渋谷3丁目21番3号)
主催	株式会社B-connect
企画	LTD制作委員会
後援	一般財団法人渋谷区観光協会
チケット	チケットサイト： https://life-tuning-online.com/pages/event202206_01
ホームページ	ホームページ： https://life-tuning-days.com/
SNS	Instagram： https://www.instagram.com/life_tuning_days/

LIFE TUNING DAYSとは

それは、約5000年前からつづくヨガからヒントを得た、古くて新しい考えかた。自分と大地をつなぐ。心と身体をつなぐ。自分のバランスを見つめ、本来あるべき姿に自分をTUNINGする（=整える）。その考えかたを実践し、参加する人が本来の自分を見つけ、取り戻すためのトータルウエルネスプラットフォームとしてLIFE TUNING DAYSは活動しています。

■コメント

高橋荘吉（LIFE TUNING DAYS 制作委員会 株式会社B-connect CEO/ファウンダー）

「この国の健康寿命を0.5歳上げる」ことが我々の夢です。ヨガをはじめとするあらゆるウエルネスをもっと多くの人に知ってもらいたい。その想いではじまったLIFE TUNING DAYSは、立ち上げ当初の2020年から新型コロナウイルスの影響を受けながらも様々なイベントやライブ配信をはじめ、たくさんのことにチャレンジして参りました。リアル開催が思うようにできなかったことで、逆にたくさんの発見や経験、繋がりを手に入れることもできましたが、それでもやはり、リアルの重要さを改めて実感しています。今回、渋谷ストリームにて念願のリアル&オンラインのハイブリッドイベントを開催できることに大きな喜びを噛み締めながら、心と身体を整える様々なウエルネスと参加される方々との幸せな出会いが生まれる2日間にしたいと思い、全力で取り組んで参ります。ご期待ください。

■会社概要

商号：株式会社B-connect
代表者：CEO/ファウンダー 高橋荘吉
本社所在地：東京都千代田区東神田3-3-8
主な事業内容：トータルウエルネスのデジタルプラットフォーム運営・イベント企画運営
URL：<https://life-tuning-online.com/>