

トータルウェルネスプラットフォームの「LIFE TUNING DAYS」 SOCIAL INNOVATION WEEK 2020に参加決定

LIFE TUNING LEADERSの福田萌子さん（初代バチェロレッテ）による
バレトンレッスンを渋谷の「MIYASHITA PARK 芝生ひろば」で開催！

2020年11月7日（土）から15日（日）まで
東急スポーツオアシスとのコラボレーションプログラム、
およびLIFE TUNING DAYSオリジナルプログラムをあわせて全14プログラム実施

株式会社B-connect（本社：東京都渋谷区、CEO/ファウンダー：高橋荘吉）の主催するトータルウェルネスプラットフォーム「LIFE TUNING DAYS」は、2020年11月7日（土）～15日（日）まで渋谷区で開催される「SOCIAL INNOVATION WEEK 2020（以下、SIW 2020）」に参加し、バレトンやヨガをはじめとする全14プログラムを実施します。SIW 2020は、国内最大級のソーシャルデザインをテーマにした東京・渋谷の都市フェスです。



LIFE TUNING DAYSは、めまぐるしいスピードのなかで生きる現代の人々の、心と身体を整えるための新しい価値観を社会に届けていくために始動した、ヨガをはじめとするトータルウェルネスのコミュニティプラットフォームです。

新型コロナウイルスの影響によりリアルイベントの中止が相次ぐなかで、Instagramなどを活用したオンライン配信により、2020年3月から在宅生活を過ごす人々の心と身体を整えるウェルネス情報の発信を続けてきました。今回LIFE TUNING DAYSは、SIW 2020に参加し、バレトンやヨガをはじめとするプログラムをMIYASHITA PARKで実施していきます。新しい未来に、変わらない心と身体を整える時間を。そんな想いを込めて、この先に未来につながる9日間を、SIWとともに描いていきます。

■提供プログラム概要

2020年11月7日（土）、8日（日）、15日（日）の3日間で、全14プログラムを実施します。各プログラムはLIFE TUNING DAYS公式サイト (<https://life-tuning-online.com/>) で順次チケットを販売するほか、LIFE TUNING DAYS 公式Instagram (https://www.instagram.com/life_tuning_days/?hl=ja) でライブ配信も行います。

福田萌子トークライブ&バレトンレッスン Powered by 東急スポーツオアシス

開催日時：11月7日（土）11:00～12:30
会場：MITASHITA PARK 芝生ひろば

フィットネス・バレエ・ヨガの動きを取り入れたワークアウトプログラム。裸足で行い指先の感覚を研ぎ澄まし身体全体の健康を調整します。シンプルな動きなので初めてでも大丈夫。日頃動かさない部分を目覚めさせ健康を手に入れましょう。

プログラム講師：福田萌子

中学時代からショーやCMなどに出演し、ドラマ、MV、バラエティ番組など多方面で活躍する、沖縄出身のモデル。趣味はロードバイク、トライアスロン、お琴。世界遺産を走り抜くスポーツトラベラー。Prime Videoで配信中の恋愛リアリティ番組『パチェロレット・ジャパン』では初代パチェロレットに決定。



BODY TUNING LEADER
福田萌子
モデル/スポーツトラベラー

美vid BOOTY CAMP Powered by 東急スポーツオアシス

開催日時：11月15日（日）13:00～14:00
会場：MITASHITA PARK 芝生ひろば

俳優パーソナルトレーナー集団「美vidパートナー」による美尻作りに特化した特別プログラムを実施します。

プログラム講師：美vidパートナー（原田新平、大村学、植田恭平、寺尾海史、秀光、大谷麻衣、朝倉未菜）

美vidのパートナーは、オアシスが運営するパーソナルトレーナー養成機関「OASIS Personal Trainer Academy」を卒業した俳優パーソナルトレーナー集団。一人一人のニーズと魅力を把握し、ワークアウトに“とにかく楽しい”を取り入れ、目標達成に導きます！また、パートナー自身も様々な夢に向かって挑戦しています。一緒に頑張る、お互いに応援していく、だから楽しいがつづく！

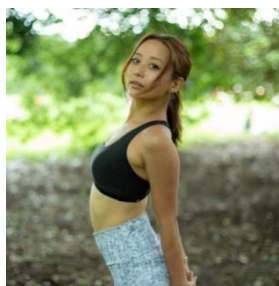
※出演者は変更となる可能性もございます。



ゲスト：LIFE TUNING ADVOCATE



西畑亜美
ヨガインストラクター



北風百恵
ヨガインストラクター



TSUKI
ヨガライフスタイリスト

■提供プログラム概要

11月7日 (土)

7:30～8:30
SIW × LIFE TUNING DAYS
CLEAN & YOGA

9:00～10:00
MORNING RELAY YOGA
～心と身体をきれいに～
講師：西林さき、TSUKI

11:00 12:30
福田萌子トークライブ
& バレトンレッスン
Powered by 東急スポーツオアシス
講師：福田萌子

ゲスト：美vidパートナー
原田新平、大村学、寺尾海史、
古川ヒロシ、米田敬

13:30～14:30
一年中ビキニボディーをゲットしよう！
Powered by 東急スポーツオアシス
講師：エミ・レナータ

15:00～16:00
まりのヨガ ～deep detox～
supported by ODLO
講師：岡田菜里乃

16:30～17:30
ベーシックヨガ
～open your heart～
講師：西畑亜美

11月8日 (日)

7:30～8:30
SIW × LIFE TUNING DAYS
CLEAN & YOGA

9:00～10:00
FEEL & ENERGY FIT
～ヨガとバレトン～
講師：片岡まこ、FUJICO

11:00～12:00
Healthy body YOGA
for New you
講師：TSUKI

13:00～14:00
親子で楽しむベビトレヨガ
supported by thermo mug
講師：岡本かなみ

14:30～15:30
”男は背中で語る”
”女は背中で魅せる”
バックラントレーニング
supported by BEACH BODY
講師：宮河マヤ

16:00～17:00
～繋がりをを感じるYOGA～
supported by FILA
講師：北風百恵

11月15日 (日)

7:30～8:30
SIW × LIFE TUNING DAYS
CLEAN & YOGA

9:00～10:00
MORNING YOGA
presented by GLAZ respire
講師：広瀬未花、南舞

11:00～12:00
親子で楽しむキッズヨガ
supported by thermo mug
講師：西林さき

13:00～14:00
美vid BOOTY CAMP
Powered by 東急スポーツオアシス
講師：美vidパートナー
原田新平、大村学、植田恭平、寺尾海史、
秀光、大谷麻衣、朝倉未菜
ゲスト：西畑亜美、北風百恵、TSUKI

15:00～16:30
LIFE TUNING HOUR CLOSING YOGA
～FINAL CONTENTS～
Powered by 東急スポーツオアシス
講師：西畑亜美、北風百恵、TSUKI
ゲスト：美vidパートナー
原田新平、大村学、植田恭平、寺尾海史、
秀光、大谷麻衣、朝倉未菜

チケット販売について

チケットの販売価格はプログラムによって異なります。詳細は下記のチケット販売サイトよりご確認ください。

<https://life-tuning-online.com/>

※「SIW × LIFE TUNING DAYS CLEAN PROJECT」は渋谷区にお住まいの方は無料でご参加いただけます

SIW 2020 について

3回目を迎える今年のテーマは”HOW”。今を、これからを、どう生きるか。2020年、世界中の人々が向き合ったのは、この問いかもしれません。どのように働き、どのように学び、どのように楽しみ、どのように暮らすか。文化、経済、それを取り巻く社会、世界。守るべき価値と、新しく生まれる価値。2020年、私たちはどのように未来を想像できるだろうか。SIW2020はこの問いを様々な角度から掘り下げていきます。

<https://social-innovation-week-shibuya.jp/>

