

# SHIHOさん、福田萌子さん、優木まおみさん、谷村奈南さん出演！ オンラインウェルネスイベント

## 「LIFE TUNING DAYS EARLY\_SUMMER LIVE」開催決定！

### 「全てライブ配信！！」国際ヨガデーを含む3日間の開催

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（以下、LTD）」は、  
6月19日（土）～6月21日（月）の3日間、完全オンラインイベント「LIFE TUNING DAYS  
EARLY\_SUMMER LIVE」を開催します。



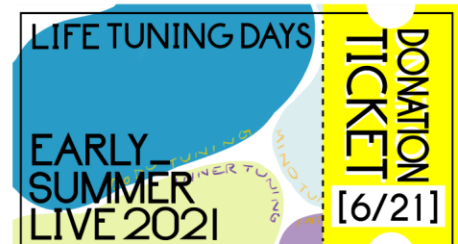
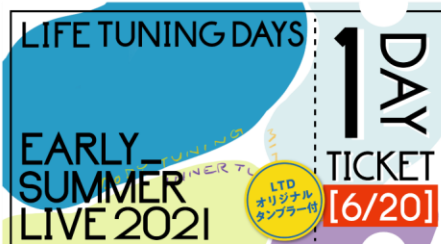
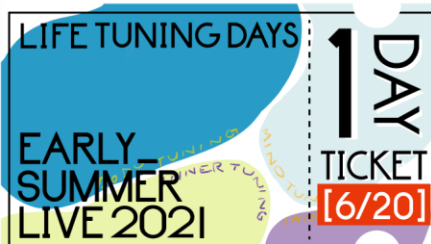
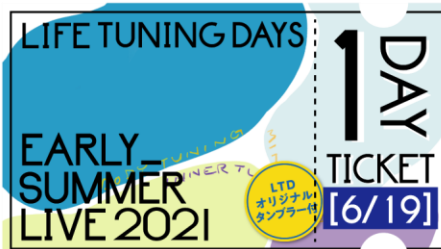
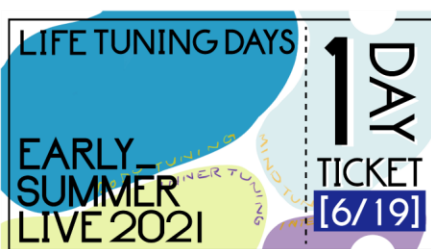
さあ、あたらしくを、  
あなたらしく。

ヨガをはじめとした、  
たくさんのウェルネスと出会おう。  
オンラインだけど、心はリアルに。  
たくさんの仲間とつながろう。  
できないことばかりじゃない。  
新しい日常を敵じゃなく、味方につけて。  
大きく息をすって、はいて。  
目を閉じて、耳をすまそう。  
心と身体を整えることで、変化の中で見失いがちな  
本当のあなた自身が、見えてくるから。

国際ヨガデー（6/21）を含む3日間で行われる同イベントは、“心と身体が、いちばんつながる日”をコンセプトにオンラインから様々なウェルネスが体験できます。  
素晴らしいゲスト陣をお呼びし、zoomによる有料レッスンとインスタライブによる  
ショートレッスン&ショッピングライブ（無料）を交互に配信。7:00~22:00まで  
配信し続けます。（※最終日21日は午前中のみ）

LIFE TUNING DAYSチケットサイトにてチケット販売中。1DAYチケットまたは2DAYチ  
ケットの購入が可能です。（[https://life-tuning-  
ticket.store/?utm\\_source=profile&utm\\_medium=ig&utm\\_campaign=organic](https://life-tuning-ticket.store/?utm_source=profile&utm_medium=ig&utm_campaign=organic)）

\*尚、チケット購入者には、心と身体を整える（=TUNING）をコンセプトに、ヨガウエ  
アやグッズをはじめ様々なウェルネス商品を販売しているLIFETUNINGDAYS market  
<https://life-tuning-online.com/>で使用できるディスカウントクーポンがプレゼントされま  
す。



チケット販売中！

初日には、モデルでLIFE TUNING DAYSトータルアンバサダーであるSHIHOさんが出演。インスタライブによるオープニングトークにゲスト出演されるほか、zoomによる『“癒し”おうちヨガ』のレッスンを実施していただきます。さらに福田萌子さん、谷村奈南さん、優木まおみさんなど、著名な講師によるレッスンにも注目です。

<p>6月19日(土) 講師陣による スペシャルオープニングトーク ゲスト出演：トータルアンバサダー SHIHO Instagram/9:15~9:45 “癒し”おうちヨガ zoom/11:00~12:00</p>	<p>6月19日(土) バレトン zoom /15:00~16:00</p>	<p>6月20日(日) 優木まおみのオリジナルピラティス ～心と身体を整える～ zoom /11:00~12:00</p>	<p>6月20日(日) リレーヨガ zoom /19:00 ~ 20:30</p>
			
by.SHIHO	by. 福田萌子	by. 優木まおみ	by. 谷村奈南

Instagramライブ(無料)・zoom(有料)コンテンツ

6月19日(土)→Instagram/9:15~9:45講師陣によるスペシャルオープニングトーク  
ゲスト出演：トータルアンバサダー SHIHO

6月19日(土)→zoom/11:00~12:00 by.SHIHO

6月19日(土)→zoom /15:00~16:00 by.福田萌子

6月20日(日)→zoom /11:00~12:00 by.優木まおみ

6月20日(日)→zoom /19:00~20:30リレーヨガ by.谷村奈南

(谷村奈南さん、坪井保菜美さん、片岡まこさん、ADVOCATEによる合同レッスンです。)

### 太陽礼拝108回 全国スタジオヨガリレー

6月21日(月) 国際ヨガデー当日は、新しい試みとして『全国ヨガスタジオリレー』を実施。太陽礼拝108回を全国のヨガスタジオと中継で結び、リレー形式で行うヨガ体験。全国各地のウェルネスの活性化をみんなで目指します。

**6/21(mon)**

**7:00~9:00 太陽礼拝 108回 全国スタジオヨガリレー**  
全国10スタジオで開催!

参加スタジオ

- ・北海道 ホットヨガスタジオ ロイブ
- ・青森 re-light
- ・栃木 smile farm.shanti
- ・東京 RAHEEL 恵比寿 24Plus
- ・静岡 UMI yoga studio
- ・大阪 東急スポーツオアシス もりのみやキューズモール
- ・兵庫 西宮阪急3階ウエルネスデイズ
- ・広島 スタジオ SYANI(シャニ)
- ・福岡 GRACE yoga ballet studio
- ・沖縄 骨格リンパ専門サロン shala (シャラ)



## ■ LIFE TUNING DAYS EARLY\_SUMMER LIVE 概要

**イベント名** LIFE TUNING DAYS EARLY\_SUMMER LIVE  
**開催日程** 2021年6月19日（土）～ 2021年6月21日（月）  
**開催概要**

### ■zoomオンラインレッスン配信

※下記チケット購入サイトより、チケットをご購入ください。

[URL:https://life-tuning-ticket.store/?utm\\_source=profile&utm\\_medium=ig&utm\\_campaign=organic](https://life-tuning-ticket.store/?utm_source=profile&utm_medium=ig&utm_campaign=organic)

■インスタライブ配信：ショッピングライブと無料ショートレッスンを開催  
※下記、公式Instagramよりどなたでもご覧いただけます。

LIFE TUNING DAYS 公式Instagram [https://www.instagram.com/life\\_tuning\\_days/](https://www.instagram.com/life_tuning_days/)

**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

### ■各種zoomチケットについて

【6月19日(土)、6月20日(日)】

購入パターンは2つ。

- ① 1DAY ¥2,160(税別)
- ② 2DAY ¥3,240 (税別)

※先着200名様限定で、サーモマグ製LIFE TUNINGDAYSオリジナルタンブラー(CORE BOTTLE/GRIP TUMBLER /UMBRELLA BOTTLE MINI)+1DAYチケットの販売もございません。(モデルにより金額が異なります)



CORE BOTTLE



GRIP TUMBLER



UMBRELLA BOTTLE MINI

また、チケット売り上げの5%は、世界の女性の命と健康を守るために活動している日本生まれの国際協力NGO ジョイセフへ寄付いたします。<https://www.joicfp.or.jp/jpn/>

【6月21日(月)】

・参加費無料

0円～5400円のドネーションを募らせていただきます。

寄付金は11月実施予定のLIFE TUNING DAYS1万人ヨガに向けた活動資金となります。

その返礼品として、1万人ヨガ参加チケットをプレゼントさせていただきます。

# ライブ配信プログラム（予定）

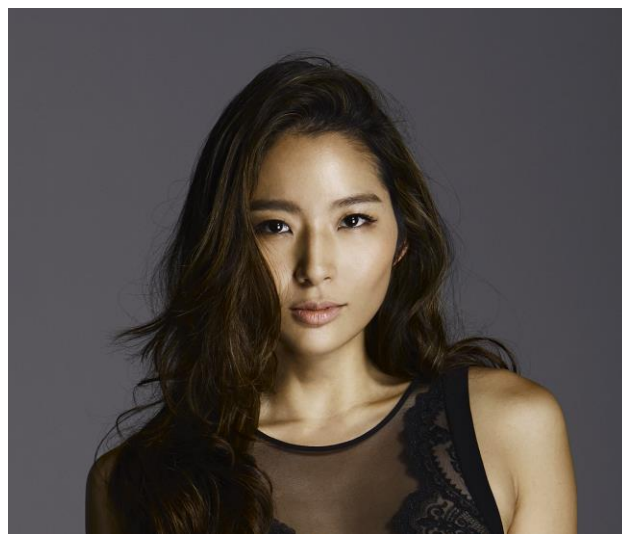
	6/19 (sat)	6/20 (sun)	6/19 (sat)	6/20 (sun)	6/19 (sat)	6/20 (sun)
7:00-8:00	イベント参加にはインターネット環境、並びにZoomをご利用になれるPC、スマートフォン、タブレット等が必要となります。	Zoom 真の自己と出会うための 読書講座 講師：岡清華	Zoom 13:15~ 東京スポーツオアシス presents コラボレーションライブ	Zoom Comming Soon	Zoom 19:00-20:00 JOICFP presents + Hasson Dr. 高尾美穂の1LADY. ~Love, Act and Decide Yourself~ スペシャルヨガ&トーク (supported by HASSEN+UN/ME) by JOICFP 講師：高尾美穂	Zoom ~20:30 ヨガリレー 講師：谷村奈南 / 坪井保菜美 / 片岡まこ 西畑聖美 / 北風百恵 / 西林さき / TSUKI
8:00-9:00	Zoom ~mornig yoga~ 身体と心をゆるめよう supported by Hugger Mugger 講師：西畑聖美	Instagram ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：坪井保菜美	Instagram 14:00-15:00 禅 美 ショッピングインスタライブ & ショートレッスン ナビゲーター：星 講師：YUKA	Instagram [sn] ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：橋下まあや	Instagram 20:00-21:00 FILA ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：北風百恵	Instagram ショッピングインスタライブ 20:45~ Comming Soon
9:00-10:00	Instagram 9:15~ LIFE TUNING DAYS EARLY SUMMER 講師陣による スペシャルオープントーク ゲスト出演：SHIHO	Zoom 親子ヨガ〜肩トレと姿勢〜 supported by BESTESNATURAL 講師：岡本かなみ	Zoom 15:00-16:00 パレトン LIFE TUNING DAYS BODY TUNING 福田萌子 出演決定!!	Zoom 親子ヨガで 「こどものリラクゼーション」 with ジョウジョウアロシェクト 講師：太田千穂 / 西林さき / TSUKI	Zoom 21:00-22:00 FILA 寝る前のリラックスヨガ supported by FILA 講師：北風百恵	
10:00-11:00	最後のクラスまで開催しますので、一度入室されましたらつたままでも大丈夫です。 <b>Take a rest</b>	Instagram ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：片岡まこ	Instagram 16:00-17:00 Sanctband ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：TSUKI	Instagram BEACHBODY ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：橋下まあや		
11:00-12:00	Zoom "癒し" おうちヨガ LIFE TUNING DAYS ambassador SHIHO 出演決定!!	Zoom 優木まおみの オリジナルピラティス 〜心と身体を整える〜 講師：優木まおみ	Zoom 17:00-18:00 Sanctband presents Sanctband バックライトレーニング 講師：宮河マヤ	Zoom ヘルシーボディヨガ summer sweat 講師：TSUKI		
12:00-13:00	Instagram ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：西畑聖美	Instagram ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：橋下まあや / 東美樹	Instagram 18:00-19:00 + Hasson Dr. 高尾美穂の1LADY. ~Love, Act and Decide Yourself~ スペシャルヨガ&トーク (supported by HASSEN+UN/ME) by JOICFP 講師：YUKA	Instagram TEJAKULA ショッピングインスタライブ & ショートレッスン 講師：西畑聖美		

## < 出演講師からのコメント >

### 福田 萌子（モデル/スポーツトラベラー）

#### -プロフィール-

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。



#### 【パレトン】

フィットネス、バレエ、ヨガの動きを取り入れた有酸素運動。肩甲骨と股関節を使う動きが多く出てきます。新陳代謝アップと共に、パソコンやスマホで固まった肩甲骨をほぐして姿勢を正しい位置に整えます！ イメージはお洒落なラジオ体操！簡単な動きなので初めての方でも大丈夫。一緒に汗を流しましょう！

### 優木まおみ

（タレント/ピラティスインストラクター）

#### -プロフィール-

バラエティー番組や情報番組のMC、女性誌のモデルなど幅広く出演するタレント。2児の母でありながら多岐にわたって活動している。BASI ピラティス マット・マシーン指導資格の両方取得しピラティスインストラクターとしても活躍中。



#### 【優木まおみのオリジナルピラティス 〜心と身体を整える〜】

ピラティスは動くマインドフルネスと言われていて動きに集中しながら体だけでなく脳も整うエクササイズです。このレッスンではベーシックなピラティスのムーブメントを通して身体全身をほぐしながら鍛えていきます。後半ではメディテーションで呼吸を整えて心と身体を整えていきましょう。  
LIFE TUNING DAYSは初出演になります。オンラインで皆様と身体を動かせることを楽しみにしています。