

新しい「美活」始めませんか?! 人数限定! 申し込みはお早めに!!

皇居サマーウォーク

美しさは健康から!

6/14 SUN · 7/12 SUN

静かなブームがきているウォーキング。ランニングはハードルが高いな…と感じるあなたにオススメ!

今話題のウォーキングレッスンと健康と美容を叶える健康食で美活を応援します!

ミスコン世界大会出場の前福村あけみ氏(WALK&WAY代表)が教える綺麗な姿勢作りの基本講座と、旬の野菜をつかった美味しい健康バランス定食「アスジョク」を提供する「鹿屋アスリート食堂」のコラボ企画!!

WALKING EVENT

日 時 : 6月14日(日)、7月12日
10:30~13:30 頃終了予定
11:00 ウォーキングレッスンスタート
12:30 「アスジョク」でランチ

参加費 : ¥2300

- ・ウォーキングレッスン
- ・ランキューブ施設利用料
- ・健康定食「アスジョク」付

定 員 : 30名様

持参物 : ウェア、シューズ ※レンタルも可(別途料金がかかります)
雨天中止・定員に達し次第締切とさせていただきます

お申し込み方法

下記リンクの応募フォームより必要事項を記載し送信すればOK!
<http://www.10over9.jp/entry/>

- ※当日キャンセルは受付しかねます
- ※お支払いは当日現金でお支払いください
- ※イベント参加には「10 over 9 RUN CUBE」登録が必要となりますのでご了承ください。

お申込用
QRコードから
簡単アクセス!

福村 あけみ AKEMI FUKUMURA

宮崎出身。2007年まで株式会社アミューズに所属。2008年ミスコン世界大会に日本代表として出場。世界5位のタイトルを獲得。

2010~12年にスポルディングイメージキャラクターとして活動。著書として2010年「歩くだけで美しくなるウォークウェイ・メソッド」(ダイロク出版)、2011年「O脚革命」(シネマファスト出版)を出版。2011年10月に放映されたNHK BSプレミアム「アインシュタインの眼」にて、医学的根拠に基づいたウォーキングを実証し数々のTVや雑誌で話題を集める。

現在は、株式会社WALK&WAY代表として、2万人を越える女性に独自のウォークウェイ・メソッドを広めながらウォーキングトレーナーとして活動し続けている。

雑誌「BODY+(ボディプラス)」の美脚隊「隊長」として連載中。2013年、表参道にウォーキングスタジオオープン。

WALK&WAY