

開催場所
サンライト
広場

ちかミチよりミチ健康へのミチ
カラダ動かす、ココロはばたく

アゼリアカラダチャレンジ



5/2(金) ~ 5/6(火・振)



5/2(金)
5/3(土・祝)

ラリーに挑戦! エアースカッシュ体験

エアで膨らむフワフワコートでラリーにチャレンジ! 空気で膨らますミニコートで、年齢やスカッシュの経験を問わず楽しめます。1人2分間、スタッフとラリーにチャレンジしてみよう!

- 参加方法: 無料(4歳以上)
- 時間: 5/2(金) 11:00~18:00
5/3(土・祝) 10:00~18:00

※どなたでもご参加いただけます。
※事前予約はなく、当日の受付順にご案内いたします。



主催 Be-Win
特別協賛 RENT

5/4
(日・祝)

シセイカルテ +パーソナルトレーナー

最新AI「シセイカルテ」による姿勢分析。2枚の全身写真を撮るだけで高精度な姿勢分析ができます。身体のゆがみを可視化し問題点を抽出するだけでなく、未来姿勢やあなたの姿勢改善に効果的な自分の身体にあったエクササイズをご案内します。

※スマホで診断結果はお持ち帰りができます。※ひとりあたり5分程度です

- 参加方法: 無料先着順
- 時間: ①12:00~14:00
②15:00~17:00



講師: 草野 豊勝
くさの とよかつ

5/5
(月・祝)

ヨガ体験会

今大人気のヨガ講師山口先生/平田先生によるヨガ体験イベントです。心と体をリフレッシュするための特別なヨガ体験に参加しませんか?

- 参加方法: 無料 (※①②の回は10:30~に整理券配布)
(※③④の回は13:00~に整理券配布)
- 時間: 山口 陽平 講師
①11:00~ 初心者クラス
②12:00~ 経験者クラス
平田 優太郎 講師
③14:00~ 初心者クラス
④15:00~ 経験者クラス
- 定員: 約40名程度/各回

※各回50分程度です ※開始の5分前にはお集まりください



講師: 山口 陽平
やまぐち ようへい



講師: 平田 優太郎
ひらた ゆうたろう

5/6
(火・振)

プロなわとびプレイヤー 生山ヒジキ なわとびパフォーマンス

NHK Eテレ「はりきり体育ノ介」や「しまじろうのわお!」に、なわとびの先生として出演の他、14個のギネス記録を更新。2014年には世界チャンピオンになりその他 TVCM や多数のメディアに出演する注目のプロなわとびプレイヤー生山ヒジキによるなわとびパフォーマンスショーを開催致します。

- 出演者: 生山ヒジキ 講師
- 参加方法: 観覧無料
- 時間: ①11:00~ ②14:00~

&なわとび教室

- 参加方法: ①10:30~/②13:30~ (※各回整理券を配布)
- ※なわとび教室はパフォーマンスショー終了後と同じ会場で行います。
- 対象: 小学生以上
- 時間: 上記パフォーマンス終了後
- 定員: 約20名/各回 (※整理券1枚につき1名参加可能)

生山ヒジキが講師をしているスマセイアフタースクールプロジェクトの住友生命から教室参加者へ「なわとび」をプレゼント!



講師: 生山ヒジキ
いくやま ひじき

5/3(土)~5/6(火・振)

かわさき TEKTEK アゼリア TEKTEK

「ウォーキングアプリ「かわさき TEKTEK」をダウンロードしてアゼリアの中をテクテク歩いてポイントをゲット。貯まったポイントを川崎市立の小・中学校に寄付しよう。3,000歩以上歩いた方には500円分のアゼリアお買物券をプレゼント。

※ご参加には本イベント期間中(5/3~5/6)のアゼリアお買い物レシートが必要です。(金額不問)必ず受付を済ませてからご参加ください。

- 会場: ハミングガーデン
- 受付時間: 10:00~13:00

