

第8回おおたスポーツ健康フェスタ

スポーツ健康都市宣言記念事業

はねびよん健康ポイント対象イベント

美スポ ちゃんねる

ポジティブに過ごす **3** ヶ月

スペシャルゲスト



優木まおみさん
(身体美容家)

親子向けLive配信



オンラインレッスン



美スポ動画バイキング



第8回おおたスポーツ健康フェスタ



<https://ota-sports-kenko-festa.com>



参加費

無料*

8

今年会場での実施はありません

21 (土曜日) 10:30~13:30

※WiFi環境下での視聴を推奨。動画視聴時の通信料は参加者負担となります。

主催 大田区

主管 おおた地域スポーツクラブネットワーク

協力 大田区スポーツ推進委員協議会

今年、特設サイト「美スポちゃんねる」を立ち上げ、区民の皆さまの健康に役立つ動画コンテンツを配信いたします。

美スポちゃんねる

8/21 (土曜日) 10:30~13:30

当日はリアルタイムで楽しめる「Live配信」と、講師へ質問もできる「オンラインレッスン」を開催します。

誰でも視聴

Live配信

楽しく体を動かせる様々なコンテンツをリアルタイムで配信します。優木まおみさんによる動画の配信もあります。



親子フィットネス

走り方教室

など

※YouTubeでLive配信

優木まおみさんの“マオピクス”で、心も身体もハッピーに！

“マオピクス”とは今の身体の状態に合わせてパターンを選び、音楽に合わせて行なうピラティスです。

事前申し込み

オンラインレッスン

人数限定の特別講座で、カラダがよろこぶレッスンを受けましょう。疑問があれば講師へ質問ができます。



糖質オフ減量法講座

定員30名

ヨガ講座

定員30名

※Webexでのオンライン講座

※ホームページから事前に申し込みをお願いします。

端末へのインストールが必要です。

詳しくはホームページをご覧ください。

7/21 (水曜日) ~ 配信開始

運動やスポーツは3ヶ月続けると習慣づくといわれています。このイベントは当日だけでなく3ヶ月間、ポジティブに過ごせる動画コンテンツをオンラインで提供していきます。運動やスポーツを通し健康的な生活習慣を身につけましょう。

好評公開中

ここだけで見られる

美スポ動画バイキング (各10~15分)

子供から大人まで楽しめる、美容やスポーツなど健康に役立つ動画が今日から見放題

エクササイズ



ボッチャ



キッズサッカー



美容ちゃんねる



※YouTube、ホームページで配信、イベント期間後も引き続き視聴できます。

ホームページ、絶賛更新中！



YouTube



第8回おおたスポーツ健康フェスタ 公式アンバサダー

川上 桃子

美容・ファッションライター

美容・ファッションライターとして活躍され、「前向きな生き方」で子育て世代の数多くの女性に支持されている川上桃子さんが、おおたスポーツ健康フェスタのインスタグラム等で、自身で取り組んでいる健康や美容についてのエクササイズを紹介します。

明るく運動に取り組む川上さんと一緒に身体を動かし、心身ともに健康になりましょう。



スポーツ健康都市宣言

スポーツしよう ———— みんな心もからだも元気にしよう

スポーツ楽しもう ———— みんな世界の人と手をつなごう

スポーツで健康になろう ———— いきいき輝く笑顔いっぱいのまちにしよう

区民がスポーツを通じて健康で豊かに暮らし、まちが賑わいと活力を増していくことを願い、大田区をスポーツ健康都市とすることを宣言する。

平成24年6月30日

大田区

お問合せ先 大田区観光・国際都市部 スポーツ推進課

TEL 03-5744-1441

FAX 03-5744-1539