



リゾートでカラダのゆがみを解消！！

～那須最大規模のリゾートホテル「ホテルエピナール那須」で、
身体コンディショニングの専門家による「カラダのゆがみ発見・改善プログラム」開催～



リゾートホテル運営会社の株式会社ナクアホテル&リゾーツマネジメント(代表取締役:丑越武信)は、弊社が運営するリゾートホテル「ホテルエピナール那須」(栃木県那須町、総支配人:佐野智之)において、身体コンディショニングの専門家による個人指導、「カラダのゆがみ発見・改善プログラム～ボディバランス・インプルーブメント」を、2月15日より開催することをお知らせ致します。

ホテルエピナール那須ではリゾート地ならではの健康づくりをテーマの一つに掲げ、「癒し」「食」「アクティビティー」の充実を図っております。全国的にヘルスツーリズム指向が高まる中、専門家の矢野史也(やのふみや)氏をエグゼクティブ・コンディショニングディレクターに迎えてのプログラムは、お客様のQOL(生活の質)向上に役立つことと確信しております。

【概要】感動体験！「カラダのゆがみ発見・改善プログラム（ボディバランス・インプルーブメント）」

「いつも同じ方の脚を組む」等、日常生活の中で気付かないうちに身についてしまう

「骨盤のゆがみ」「ゆるみ・こわばりの筋肉」は膝痛・腰痛・肩こりを引き起します。

『カラダのゆがみ発見・改善プログラム』は、お客様ひとりひとりの身体状態に合わせて筋肉のバランスを整え、ゆがみを修正することで、無理のないアプローチでお客様の動作不具合や痛みを改善させることができます。



(所要時間 120 分)

- ◆1. ホテル5万坪の敷地内にある森をウォーキング。森林浴で心とカラダをリフレッシュしていただきながら、矢野ディレクターがお客様の身体のゆがみ状態を判断いたします。
- ◆2. お客様のゆがみ状態を解説し、動作不具合や痛み、違和感に繋がりやすいカラダのアンバランス改善を、無理のないアプローチで体感していただけます。

※短時間調整の「骨盤調整～S P A T (スパット) 30分コース」も併催！

エピナール那須では、健康パックアップ企画を更に充実させ、お客様のアクティブシニアライフを応援して参ります。

ホテルエピナール那須

エグゼクティブ・コンディショニング
ディレクター

矢野史也(やのふみや)



【プロフィール】

- ・株式会社スポーツフィールド代表取締役
- ・早稲田大学スポーツ科学学術院非常勤講師
- ・早稲田大学エルダリーヘルス研究所客員研究員
- ・(社)日本スイミングクラブ協会 関東支部指導力向上委員長

スポーツクラブ運営に携わりながら、ヘルス・フィットネスに関する執筆活動、地域自治体・健保組合・学校法人・企業等が主催する健康講座や、指導者向け講習会にて講師を務める。高齢者からプロアスリートまでを対象に、パーソナルコンディショニングにも取り組むなど幅広く活動中。

【資格】

スポーツ科学修士、日本体力医学会健康科学アドバイザー、NSCA認定ストレングス&コンディショニングスペシャリスト(CSCS)、JATI認定上級トレーニング指導者、中央労働災害防止協会認定ヘルスケアトレーナー、SUC認定骨格矯正S P A Tマスタートレーナー、アクアサイズ21水中機能訓練士、JSCA認定メディカルアクアフィットネスインストラクター

【著書】

- ・『ゆるみ筋＆こわばり筋のコンディショニング』
- ・『ミドルエイジからの健康塾』ほか

■株式会社 ナクアホテル&リゾーツマネジメント

(代表取締役:丑越武信)

本社: 東京都中央区新川1-2-12

本部: 栃木県那須塩原市方京2-1-1

事業内容: ホテル・ゴルフ場・スキー場等の運営、リゾートクラブ会員権の募集及び販売代行、リゾートクラブの運営、旅行業、その他

運営施設: ホテルエピナール那須、リゾートin白浜、リゾートホテルオリビアン小豆島、ホテル&コテージ白河園の里、ナクア白神ホテル&リゾート、ナクア白神スキーリゾート、津軽高原ゴルフ場、阿仁スキー場、湯沢中里スキー場(2008年12月現在)

お問い合わせ: 本部/0287-67-3131 営業本部 金子 俊

■ホテルエピナール那須

(総支配人:佐野智之)

※年間平均 75%以上という、リゾートホテルでは驚異的な稼働率を誇る、「食・癒・アクティビティー」にこだわった那須高原の高級リゾート

所在地: 栃木県那須郡那須町高久丙1
お問い合わせ: 0287-78-6000

セールス&マーケティング
企画 IT 課 山本