

SUNDAY 2 <sup>ND</sup> OCTOBER 10月2日(日)		THURSDAY 6 <sup>TH</sup> OCTOBER 10月6日(木)	
東武スポーツ プレオン船橋 - CHIBA 〒273-0045 千葉県船橋市山手 3-9-27		NAS あべの - OSAKA 〒545-0053 大阪市阿倍野区松崎町 2-3-47	
08:30 - 09:45	受付開始	08:30 - 09:45	受付開始
10:00 - 11:30	BODYPUMP™	10:00 - 11:30	BODYPUMP™
12:00 - 13:30	BODYVIVE™	12:00 - 13:30	BODYVIVE™
13:45 - 15:15	BODYCOMBAT™	13:45 - 15:15	BODYCOMBAT™
15:30 - 16:30	CXWORX™	15:30 - 16:30	CXWORX™
16:45 - 18:15	BODYBALANCE™	16:45 - 18:15	BODYBALANCE™
アクセス	船橋駅より東武野田線、新船橋駅下車徒歩12分、 または、船橋駅バス停塚田入口、 船橋北口行き山手三丁目下車、徒歩2分	アクセス	天王寺駅徒歩3分

## インストラクター参加費用:

1プログラム ¥4,000

2つ目のプログラムから ¥3,000

予約開始: 2016年9月9日(金) 15時より

予約締切: 2016年9月26日(月) 正午

募集人数に達し次第、締め切りとなります。ご予約はお早目に。 [bookings.japan@lesmills.com](mailto:bookings.japan@lesmills.com)

トレーナーチームのスケジュール及び開催地事情により、

会場定員数とプログラム内容に限りがございます。

次回12月開催のワークショップより、

LES MILLS JAPAN ではすべてのプログラムの実施を予定しております。

- BODYBALANCE™ にご参加の方は、各自マットをご持参ください。
- 会場へは参加セッション30分前までにご到着ください。
- 諸事情により、時間及びトレーナー情報等に変更が生じる場合がございます。
- 予約完了後の返金、変更は、健康上やむを得ない状況以外一切お受けできかねます。ご了承ください。
- 今後のワークショップ会場提供にご興味のあるクラブご担当者様は、[ix.japan@lesmills.com](mailto:ix.japan@lesmills.com) までご連絡お待ちしております。

# インターナショナル・プレゼンター

## MATTY THRAXTON

マティー スラクストン

Les Mills インターナショナル マスタートレーナーとして、インストラクタートレーニング、エデュケーション、マスタークラス実施など14年のキャリアを持ち、世界20か国以上で活躍中。主にBODYPUMP™で高い知名度を持つ。インストラクターDVDへの出演履歴は、BODYPUMP™ 63, 66, 69, 72, 80, 85, 93 など多数に及ぶ。

記念すべき2017年1月配信予定のBODYPUMP™ 100 セレブレーションDVDにも乞うご期待！

## RIYO FUKUNAGA

福永 理代

マレーシア、クアラルンプールを拠点とし、Les Mills アジアパシフィックにてBODYBALANCE® ヘッドプログラムコーチ、BODYVIVE® プレゼンターとして活躍。愛と健康にあふれる世界を目指し、東南アジア全域にてホリスティックワークアウトの拡大に努めている。様々なヨガの経験を得たのち、2004年、BODYBALANCE® と出会う。以来、ヨガ、BODYBALANCE®, BODYVIVE® 他多数 Les Mills プログラムに関わり、人の心と身体を癒し、こころに留まるエクササイズを展開し続けている。また、BODYBALANCE® 50 and 68 DVD に出演、好評を博す。

日本出身、世界中を旅し異文化を経験した現在の目標は、自身が関わる国と人々を Les Mills トレーニングを通じてフィットネス中毒にして行くことである。

国内トレーナーチームメンバーは近日公開予定