

## 西宮浜総合公園でウェルビーイングイベント

### 『国際ヨガデイ&グローバルウェルネスデイ』を開催します！

2023年6月25日（日）、株式会社サップス（本社：兵庫県西宮市、代表取締役社長：中瀬 敏和）と株式会社ウェルネス阪神（所在地：兵庫県西宮市、代表取締役社長：岡本 直樹）は、阪神園芸株式会社（所在地：兵庫県西宮市、代表取締役社長：久保田 晃司）が指定管理を担う西宮浜総合公園で地域住民のウェルビーイングをサポートするため、待望のイベント「国際ヨガデイ&グローバルウェルネスデイ」を開催します。

「国際ヨガデイ&グローバルウェルネスデイ」は、新型コロナウイルスの位置づけが2類から5類になった好機を活かし、地域住民の方々の運動不足解消、免疫力向上など健康的なライフスタイルを実現し、心身のバランスを取り戻す機会を提供いたします。当日、会場となる西宮浜総合公園内では、ヨガのクラスやポールウォーキング、謎解きスポーツゲームなど、さまざまなプログラムを用意します。

西宮浜総合公園は、美しい自然環境と広々とした空間を備えており、イベント参加者はリラックスして心地よい時間を過ごすことができます。公園の自然の中で行われるヨガやウェルネス活動は、ストレス解消やリフレッシュに最適です。家族や友人はもちろん親子で一緒に参加し、コミュニケーションの場として下さい。地域住民の皆様のウェルビーイングをサポートする「国際ヨガデイ&グローバルウェルネスデイ」に、ぜひご参加ください！



#### 国際ヨガデイ&グローバルウェルネスデイ

毎年6月の「国際ヨガデイ」「グローバルウェルネスデイ」にちなんで開催します。

『国際ヨガデイ』とは、毎年6月の夏至の時期に国連で制定されているヨガの日です。1年で最も太陽が高く昇るとされ一人一人が自分自身の身体と心の健康に向き合う日にすることを目的に提案されたもので世界各地でヨガのイベントが開催されています。

『Global Wellness Day(グローバルウェルネスデイ)』は、2012年にトルコで誕生したソーシャル・イベントです。「1日を変えれば、これからの人生も変わる」をスローガンとし、毎年6月の第2土曜日を「健康的な生活」を改めて見つめなおすきっかけづくりを提供する1日と定めています。現在では、世界110か国以上が参加する世界最大規模のソーシャル・ムーブメントへと成長しています。

### 《青空ヨガ》

青空の気持ちのいい中、開放感たっぷりのヨガを楽しめます。自然と調和したヨガの経験を通じて、心と体の健康を促進し、新たなエネルギーと活力を得ることができます。初心者から経験者までどなたでも参加できるプログラムなのでストレス解消、非日常でのプログラムを是非お楽しみください。



### 《ポールウォーキング》

両手に2本のポールを持って行われ全身の筋力を鍛えると同時に、有酸素運動や姿勢改善にも効果があります。ポールウォーキングは、初心者から上級者まで自分のペースや目標に合わせることができます。自然の中を歩く喜びを感じながら、心と体を健康で活気に満ちた状態に導く新しいエクササイズ体験をお楽しみ下さい。



### 《謎解きスポーツゲーム》

公園内に設置された謎やクイズを解いて進んでいきます。このゲームは、頭を使いながら体も動かすことができるため、脳トレや運動不足解消にも最適です。ゴールにたどり着くと景品がゲットできます！友達や家族と一緒に参加することで、思い出に残るエンターテイメントを楽しむことができます。公園内の美しい景色や開放感あふれる空間で、謎解きとスポーツの融合を体験してみてください。



## 《歩行バランス測定》※雨天時のみ

歩行バランス測定・歩き方を見える化。  
腰にセンサーを付けて、約 10mを歩くだけ！歩き方から、重心やすり足の状態など転倒危険度などがわかります。自分のクセを知り、正しい歩き方を学ぶことができます。



## イベント概要

○日時 2023年6月25日(日) 9:00~14:00

○実施場所 西宮浜総合公園全体・公園内 人工芝広場

○参加費 無料

## 株式会社サップス概要

■株式会社サップス概要 <https://sa-ps.jp/>

社名	株式会社サップス
所在地	〒663-8166 兵庫県西宮市甲子園高潮町 3-30 ホテルヒューイット甲子園 5F
資本金	3,200 万円
代表者	中瀬 敏和
設立	2002 年 9 月
従業員数	681 名 (社員 50 名、パート・アルバイト 271 名、契約インストラクター 360 名)
事業内容	【フィットネスクラブ・スタジオ・プール・個室ジム等の運動施設の経営・運営・企画・開発】 【アウトドア・レジャー事業】 【ウエルネスプロダクト事業】 【コンピュータシステムの企画・開発・管理・運営及びコンサルティングイベントの企画・立案・請負業務】 【前各号に付帯する業務】

《リリースに関するお問い合わせ先》

株式会社サップス 広報担当 柴坂

TEL : 0798-43-9251 FAX : 0798-43-9252

Email : [info@sa-ps.jp](mailto:info@sa-ps.jp)