

2025 年 6 月 17 日

報道関係各位



阪神甲子園球場でエクササイズができる！ 朝活！ヨガ&ストレッチ、サーキットトレーニングを開催

株式会社ウエルネス阪神（本社：兵庫県西宮市、社長：岡本直樹）が運営するタイガースフィットネスクラブ ラフィットは、7月5日（土）、19日（土）の2日間、阪神甲子園球場を使用して、「朝活！ヨガ&ストレッチ、サーキットトレーニング」を開催します。

100年を超える歴史を持つ阪神甲子園球場で、清々しい朝の空気の中、バックスクリーンの前方に位置するバックスクリーンビューや1塁アルプススタンドから雄大なグラウンドを見下ろしながら、経験豊富なインストラクターによるトレーニング指導を受けることができる特別なイベントです。

【イベント概要】

名 称：朝活！ヨガ&ストレッチ、サーキットトレーニング
会 場：①ヨガ&ストレッチの部 阪神甲子園球場・バックスクリーンビュー
②サーキットトレーニングの部 同・1塁アルプススタンド
開 催 日 時：2025 年 7 月 5 日(土)・19 日(土)の各日 7 時 30 分～8 時 30 分
集合時間 7 時 15 分（阪神甲子園球場 3 号門前に集合）
解散時間 8 時 45 分（予定）
※雨天時は、3 塁ブルペンで各トレーニングを開催します。

参加対象者：中学生以上（参加者のみご入場いただきます。）

開 催 人 数：各 30 名 ※抽選制

参 加 料 金：①ヨガ&ストレッチの部 3,300 円（税込）
②サーキットトレーニングの部 2,750 円（税込）

申 込 方 法：右の二次元コードからお申込みください。

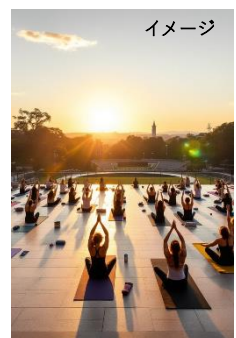
[朝活イベント応募フォームはこちら](#)

申 込 期 間：2025 年 6 月 17 日（火）10 時～6 月 24 日（火）10 時
当選者のみに、6 月 25 日（水）にメールでご案内します。

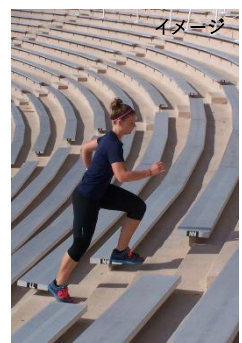
問合せ窓口：タイガースフィットネスクラブ ラフィット

電話：0798-40-5050(受付時間：10 時～17 時) ※月曜定休

※本イベントの運営は、株式会社ウエルネス阪神及び株式会社サップスが共同で行います。



イメージ



イメージ





バックスクリーンビューからの眺望



1 塁アルプススタンドからの眺望

◇ヨガ&ストレッチの内容

- ・ 座位での体幹ストレッチ
- ・ 立位のポーズを取り入れたトレーニング
- ・ 柔軟性向上と呼吸を組み合わせたストレッチ など

◇サーキットトレーニングの内容

- ・ プロ野球選手も使用するスタンド階段を活用したトレーニング
- ・ スタンド座席を活用したピラティス
- ・ 体幹の安定、股関節の可動性、姿勢改善に繋がるエクササイズ など

■ ご注意

- ・ 雨天時は、3 塁ブルペンに場所を移し、トレーニング内容を一部変更して開催します。
- ・ 主催者からの通知は、当選者の方のみに行います。落選者には通知しません。
- ・ 本イベントの開催前に更衣いただく場所は用意しておりません。終了後については、ご希望される方のみタイガースフィットネスクラブ ラフィットの更衣室にご案内します。
- ・ 本イベントに必要な物（運動靴、タオル、水分補給用飲料、ヨガマット（ヨガ&ストレッチの部）は、参加者ご自身でご用意ください。
- ・ 本イベントにおける参加者の負傷、疾病、死亡、紛失、盗難その他一切の事件・事故についての責任は参加者自身が持つものとします。
- ・ 本イベント会場には、ペットその他会場側が適当と認めないものはお持ち込みいただけません。
- ・ イベント中、主催者又は主催者の許諾を受けた第三者が記録・広報・報道の目的で写真・動画を撮影する場合があります。撮影した写真・動画は、チラシ、ポスター、広告、新聞、雑誌、書籍、テレビ、インターネット等で利用・公開（販売又は広告のための利用を含む。）することがあります。
- ・ 今後のイベント開催の参考として、ご参加いただいた皆様にはアンケートにご協力いただく場合が

あります。



阪神グループは、「“たいせつ”がギュッと。」のブランドスローガンの下、これからも一人ひとりのお客様の“たいせつ”と向き合い、グループ一丸となって阪神らしいブランド体験を提供し続けることで、その信頼と期待に応えてまいります。

以 上

〔資料提供先〕 青灯クラブ、近畿電鉄記者クラブ、各社阪神支局、各社運動部、スポーツ紙各社

この件に関するお問合せは

株式会社ウエルネス阪神 タイガースフィットネスクラブ ラフィット

担当：三浦（ミウラ）、鏑木（カブラギ）

（受付時間：10 時～17 時（月曜定休）） 電話：0798-40-5050

までお願いします。