

# 第942回 経営者モーニングセミナー

○会場:江陽グランドホテル 3F羽衣 ○am6:00~7:00 [栞 第1条]

11 / 26 (火)

疲れにくい身体になる為の最先端/簡単/筋膜ケア

株式会社ビーキューブ  
代表取締役  
上泉 渉 (かみいずみ わたる) 様

## プロフィール

宮城県仙台市出身。米国留学時(学生)、スポーツ医学に出会う。帰国後、国家資格を取得し1996年から父が経営する仙台的接骨院6店舗にて研修し、2000年に東京都内に整骨院開業。セルフ・ケアの重要性を感じ、能動的に自らがカラダを動かし積極的に健康維持できるものと研究を重ねる中、2003年、カナダに渡り、トロントのMerrithew<sup>TM</sup> Corporate Training Centerで学び、資格取得。現地に於いて指導経験を重ねる。2005年に帰国後、大阪初の本格的ピラティススタジオ、ビーキューブ®を開設。

現在は、神戸女学院大学、宝塚音楽学校講師の他、企業/団体の企画や商品開発、企業/団体の始業前体操、妊活、不妊治療のペアエクササイズを監修/開発。またガンプロ事業(関西におけるガン治療向上プロジェクトとして関西7大学協力事業)では、様々なライフステージに応じたガン患者の為の体操を監修している。



今、注目を集める『筋膜』についてお伝えします。筋膜は全身につながっており、痛みや筋力、柔軟性や運動パフォーマンスの低下に大きく関係します。筋膜が解きほぐされる感覚はフライパンの上の固形バターが溶けるイメージ。健康長寿の為や疲れにくい身体になる為、簡単に何処でもできる筋膜刺激の実践をご紹介します。

朝の挨拶(予定)/鳴原孝誌 様 誓いの言葉/田沼秀樹 様

予告 <12/3>

認知症とともに生きる

講師: おれんじドア 代表

丹野 智文 (たんの ともふみ) 氏



39歳で若年性アルツハイマー病を宣告されたトップセールスマンの丹野智文さん。

家族、同僚、仲間たち…笑顔を取り戻すまでの軌跡をお話を頂きます。

朝食会(自由参加) 午前7:10ごろ~ 同ホテル 朝食代:1700円 珈琲代:300円

仙台青葉倫理法人会 会長 経澤 進

《事務局》 仙台市青葉区本町1-3-8-7F TEL 217-0057 FAX 217-0115 MAIL [aoba@rinri-miyagi.com](mailto:aoba@rinri-miyagi.com)

ホームページ開設しました!! <http://www.sendaiaoba.jp>