

スマイル フィットネス

お笑い芸人の「笑い」の要素を
取り入れた 新たなスポーツ



全国5つの会場で同時中継開催
インストラクター、オンラインゲスト
5つの会場が、ひとつにつながる

2022/10/15 **土**

16:00~17:00

お申し込み方法は、
チラシ裏面をご覧ください

肩こり・腰痛の解消
姿勢改善、全身の血流促進
気分のリフレッシュ!

2つの企業が共同で、健康と笑いの時間を提供



株式会社ティップネスの
運動コンテンツ



＜インストラクター＞
千秋氏

吉本興業株式会社の
エンターテイメント
(お笑い要素)



YOSHIMOTO 109th



＜オンラインゲスト＞
ひょっこりはん

健康で快適な生活文化の提案と提供を目的とした、気軽に、誰もが実施できる
スポーツメソッドを組み合わせた『エンタメ・笑い要素を取り入れた、新しいフィットネス』

スマイルフィットネス

体調不良としてあげられる「肩こり」「腰痛」の
予防・解消を目的とした運動を基本とし、
日常生活での立ち方や、座り方の癖などを知り、
肩まわり、腰まわりのストレッチを中心に強化
するエクササイズを行います。

吉本興業のお笑い芸人さんと一緒に、たくさん
笑って、体を動かして、気分をリフレッシュし、
お楽しみいただければ嬉しく思います。



株式会社ティップネス
インストラクター
千秋 氏

申し込み方法	世田谷区立保健医療福祉総合プラザ窓口 または、 お電話・FAXでお申し込みください。
定 員	20名様（定員になり次第、受付終了）
参加費	無 料 ！
服装・持ち物	動きやすい服装、運動靴、水分補給飲料、タオルなど
注意事項	新型コロナ感染拡大防止に、ご理解とご協力をお願いします
問い合わせ	世田谷区立保健医療福祉総合プラザ 運営管理室 （ TEL 03-6379-4301 FAX 03-6379-4305 ）



※氏名、電話番号等の申込に際しての個人情報 は、本イベントのみ使用し、第三者への提供はいたしません。

他地域の会場施設

函館市亀田交流プラザ

北海道函館市美原1丁目26-12

☎ 0138-86-7980



チカ守山シダックス

カルチャーコート

滋賀県守山市梅田町2-1 B1F

☎ 077-514-1253



平泉町学習交流施設エピカ

岩手県西磐井郡平泉町

平泉字志羅山25-3

☎ 0191-34-6656



三原市立中央図書館

広島県三原市城町1丁目3-1

☎ 0848-62-3225

