

# 復興イベント！ エンジョイエアロビックin多賀城

10月23日(日)東北エアロビック協議会主催の復興イベントをアシスト多賀城スタジオで開催されました！

震災から7ヶ月が経ち運動したいという方々に運動の場を提供しようと素晴らしい活動をし、今回第2弾として被災地である多賀城市、塩釜市、七ヶ浜町、仙台市宮城野区、若林区在住の方対象に開催されました！



当日担当していただいたインストラクターの皆さんです！

スペシャル講師として菅野 牧子コーチです！  
(かんの まきこ)



参加者は総勢50名で行われ、皆さん楽しみな表情を浮かべていました



始めは今回復興イベントの発起人でもある小松 喜久子コーチ☆  
(こまつ きくこ)

皆さん気合いの入った掛け声でスタートしました！！



軽めのエアロ「ローインパクト」を担当していただいた大友 恵美子コーチ☆  
(おおとも えみこ)  
笑顔で楽しく汗を流しました(^-^)/



ストレス発散「マーシャルアーツ」を担当していただいた渋谷 千香子コーチ☆  
(しぶや ちかこ)  
気合いの入ったキック・パンチ！



エンジン全開「ハイインパクト」を担当していただいた嶋守 奈津子コーチ☆  
(しまもり なつこ)  
元気いっぱい！飛んで・跳ねて！！



リズムにのって「HIP HOP」を担当していただいたTAROコーチ☆  
レッスン最後は皆さんで「チェケラー」ポーズ





軽快にステップ「サルサ」を担当していただいた日野 香コーチ☆  
(ひの かおり)  
1・2・3！1・2・3！！脚・腰動かしダンスを楽しみました♪



貴重レッスン「コリオ1・コリオ2・ボディシェイプ」の2クラス担当していただいた菅野 牧子コーチ☆  
最後まで元気いっぱい！いい汗流しました(^皿^)V



## 最後はみんなで記念撮影★

世界・全国から寄せられた励ましのお言葉

すごく元気をいただきました

ありがとうございました



