

平成 22 年 10 月 22 日

報道関係 各位

富士急行株式会社  
株式会社ピカ  
株式会社富士急マリンリゾート

# ノルディックウォーキング&ヨガ イベント IN 初島

## <11月21日(日) 開催>



※イメージ

株式会社ピカでは（山梨県富士吉田市）、11月21日（日）、熱海から船で25分で行ける初島にて、「ノルディックウォーキング&ヨガイベント IN 初島」を実施致します。これは、ノルディックウォーキングとヨガを組み合わせたアウトドアイベントで、女性対象に実施するものです。

ノルディックウォーキングとは、2本の専用ポールを使った歩行方法です。ポールを持って歩くだけで身体のおよそ90%の筋肉を使用するため、その運動効果の高さからヨーロッパではとても人気の高いスポーツとして普及しています。しかも、膝への負担が軽くなるため、介護予防や生活習慣病予防対策のコンテンツとして幅広い年齢層の方が楽しんでます。

今回のイベントでは、ノルディックウォーキングのエアロビック運動（有酸素運動）で脂肪を燃焼させて、ダイエットや肥満の予防効果を高め、ヨガで心身共にストレッチし健康を促進して頂きます。二つのアクティビティを組み合わせることによって、アクティブでヘルシーな、まさに現代の女性にふさわしいイベントとなります。尚、今後は、毎月1回程度宿泊者対象の開催を予定しております。

初島の海を一望する景色の中で開催の心身ともに鍛え・癒されるイベントにご期待ください。

本件に関する報道関係の皆さまからのお問い合わせ、画像をご希望の方は、お手数ですが

富士急行株式会社営業推進室広報宣伝担当 03-3376-1115

株式会社ピカ コーポレートコミュニケーションセンター 0555-30-1077 までお願い致します。

【ノルディックウォーキング&ヨガ IN 初島】

- 実施日 平成22年11月21日(日) 雨天中止(前日の正午に判断いたします)
- 場所 熱海市初島内  
・ノルディックウォーキング…初島一周  
・ヨガ…初島アイランドリゾート アジアンガーデン内
- 集合場所 9時30分迄に熱海港船舶待合所(静岡県熱海市和田浜南町6番11号)  
集合  
熱海発10時00分便に乗船し、イベントは11時00分スタート
- 料金 4,500円(日帰参加者)  
※初島アイランドリゾート内の宿泊施設(トレーラー・ヴィラコテージ)  
に宿泊中の参加は3,300円…要予約(宿泊予約:TEL0555-30-4580)
- 所要時間 ノルディックウォーキング・ヨガ 各1時間(計2時間)
- 対象 女性限定
- 定員 60名
- 申込み方法 事前予約制
- 申込み先・問い合わせ 初島アイランドリゾート TEL0557-67-2151
- 行程

時間	内容
9:30	熱海港 船舶待合所
10:00	初島行き イルドバカンス号出港 10:30 初島港着
11:00 ~12:00	初島アイランドリゾート内(初島港から徒歩約10分) アジアンガーデン内にてヨガイベントを実施
12:00 ~13:00	ノルディックウォーキング実施 島内一周
13:00~	アジアンガーデン内にて昼食、もしくは島の湯でご入浴
15:20	初島港発 熱海港行き イルドバカンス号 ※16:40便もご利用頂けます。

【初島アイランドリゾート概要】

熱海港から高速船で25分の“初島”は、1周わずか4kmの小さな島。首都圏から最も近い島でもあります。初島アイランドリゾートは初島の東部に位置し、「海、空、緑を感じながらリラックスできる大人のアジアリゾート」をコンセプトに、現在、海泉浴「島の湯」、アジアンガーデン「R-Asia」、アイランドキャンプヴィラ、海のプール、自然体験施設「SARUTOBI」の5エリアで構成されています。

所在地 静岡県熱海市初島

エリア総面積 約73,000平方メートル

お客様からのお問合せ 初島アイランドリゾート TEL0557-67-2151