



第2回

もおか健康フェス2025

真岡市フィットネスクラブ3社が強力タッグ

フィットネスクラブ Pono

ハピスマスポーツプラザ

EIGHTY FITNESS GYM

からだを動かしたい方、楽しみたい方、幸せになりたい方は集合！！

in アオキシントックもおか武道館



健康になりたい方
参加無料!!

11/2 (Sun)

屋外ステージ

12:45 キッズダンスショー

各クラブのキッズダンスチームが参戦!!

13:20 健康応援隊による

スーパーライブ

※都合によりプログラムやブース等が変更・中止する場合がございます。

イベント詳細



コチラから



運動初心者大歓迎

TIME TABLE

【持ち物】
タオル/水分/室内シューズ
※CENTERGYのみお持ちの方はヨガマット

1階 9:30 ハピスマ体操 45分 【金久保】(一般社団法人ハピスマイル)
65歳以上を対象に椅子に座って行うシニア向け体操

10:30 ベビーヨガ 30分 【ゆかせんせい】
※10月21日より事前予約開始【定員20名】
お問い合わせは ハピスマスポーツプラザ



2階 10:30 簡単エアロビクス 60分 【TOMOMI & NORIKO】
音楽に合わせて楽しく動いて脂肪燃焼!!

11:45 & 45分 【RYO & RYUKI】
1人1台のミニトランポリンを使用し、
体幹に刺激を!! ※高校生以上～



13:45 健康ダンス 45分 【RYUTO & MAYUMI】
簡単にできるダンスで楽しく体を動かします!!

14:45 30分 【NORIKO & DAIKI】
ヨガやピラティスを融合したトレーニング

15:30 30分 【KONATSU & MAYUMI】
ボードに取り付けられたゴムバンドとチューブを
使用して3次的に負荷をかける
トレーニング ※高校生以上～

16:30 45分 【DAIKI】
キックやパンチなどを行う格闘技エクササイズ

17:30 60分 【NORIKO & DAIKI & RUNA】
踊りたい方はみんなできるフィットネスダンス



他にも楽しいイベント
盛りだくさん

次世代型ピラティスマシン
ELEVATE
ENCOMPASS™
無料体験会

※高校生以上 11:15-

EIGHTY
体のバランス調べませんか?
足圧バランス
無料測定会

10:00-11:30
14:00-15:30
16:00-17:30

子供も
大人も楽しい
ワークショップ開催

こけ玉作り
おえかき缶バッジ
ロイニシャルレジン

大人気
キッチンカー
集結!!



各プログラムのお問い合わせは
各実施店舗まで

フィットネスクラブ Pono

0285-83-8822

ハピスマスポーツプラザ

0285-83-2300

後援 吉岡士