

## <添付資料>

### ■ 出演者（敬称略）

#### 2012年2月11日（土・祝）東京会場

基調講演：

清水 宏保（元スピードスケート選手／長野五輪金メダリスト）

パネルディスカッション：

谷川 真理（マラソンランナー／タレント・キャスター）

奥村 幸治（NPO 法人ベースボールスピリッツ理事長／パーソナルトレーナー）

清水 宏保

#### 2012年2月18日（土）札幌会場

基調講演：

清水 宏保（元スピードスケート選手／長野五輪金メダリスト）

パネルディスカッション：

柳下 容子（元 NFL、NBA チアリーダー／Tokyo Girls 代表）

奥村 幸治（NPO 法人ベースボールスピリッツ理事長／パーソナルトレーナー）

清水 宏保

### ■ 登壇内容

基調講演：清水 宏保さん

スピードスケートの選手として、あらゆる逆境をバネに限界に挑み続け、世界の頂点に到達した清水宏保さんが、自分と向き合い、死にもの狂いの過酷なトレーニングを続けることで身に着けた選手時代の体調管理術や逆境をバネに前向きになれるところ（メンタル）の健康づくりについて講演を行います。



清水 宏保さん

#### パネルディスカッション

清水宏保さんに加え、マラソンランナーの谷川真理さん（東京会場のみ）、元 NFL、NBA チアリーダーの柳下容子さん（札幌会場のみ）、NPO 法人ベースボールスピリッツ理事長の奥村幸治さんをゲストに迎え、ここからからだの健康づくりについてディスカッションを行います。



谷川 真理さん  
<東京会場のみ>



柳下 容子さん  
<札幌会場のみ>



奥村 幸治さん

### ■ プログラム

13：00 開場

13：30 開会

13：35 主催者挨拶

13：40 基調講演

14：30 休憩

14：45 パネルディスカッション

15：45 お楽しみ抽せん会

16：00 閉会（予定）

※プログラムが変更になる場合がございます。

以上