

ワコールが朝活とコラボ

京都朝げいこで下着のプロに学ぶ！バストのエイジング対策講座



京都朝げいこ

朝型のライフスタイルを応援する朝活スクール「京都朝げいこ」（京都市中京区 代表取締役社長：曾和 裕次）は、下着から女性の美をサポートする株式会社ワコール（京都市南区 代表取締役社長執行役員：安原 弘展）とのコラボレーションによる、女性限定の特別講座『カラダ美人講座 - ブラとエクササイズで、魅せるおとなシルエット』を2015年3月4日より3月18日に渡って（全4回）開講します。



「すぐにストラップが落ちてしまう」「カップが浮いてしまう」など、サイズは合っているはずなのに、しっくりこないという下着（ブラ）の悩みをたくさんの女性が持っています。中でも「バスト」に関するエイジング（加齢）による変化の順序に3つのステップがあり、エイジングとともにステップは進んだものは、決してもとはに戻りません。そこで今回の講座ではエイジングによるバストの変化について深く知ると共に、きちんとしたブラ選びにより美しくなることを実感していただきます。

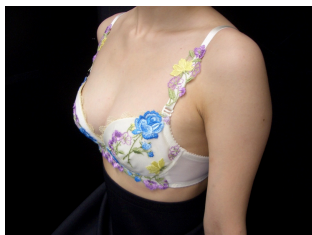
- ✓ 「女性のカラダとブラの関係」をワコール50年のデータを基に学ぶ
- ✓ 「しなやかなボディライン」を作るエクササイズを実践
- ✓ それぞれのバストにフィットする「セミオーダーブラ」をプレゼント

講師は下着のトップメーカー・ワコールのボディコンサルタント。日本の女性の体型や年齢による変化などを、同社に50年に渡って蓄積されたデータをもとに解説。ひとりひとりに合わせたブラの選び方、運動や食事の面からのアドバイスを行います。さらに、現役トレーナーによるしなやかなボディラインを作るエクササイズも伝授。理論による理解とともに、「キレイ」を維持するノウハウを学びます。そして講座の最後に、受講者それぞれのカラダにぴったりフィットした「セミオーダーブラ」がプレゼントされるので、受講後もしっかり続けられます。

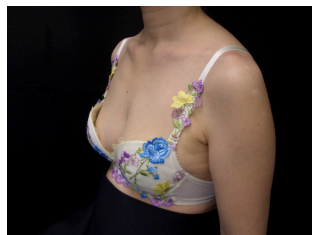
【日程】 3月4日（水）、7日（土）、11日（水）、18日（水）
【時間】 AM7時15分～8時15分 ※7日（土）はAM10時～12:00
【参加】 21,600円（税込み）
【場所】 COCON KARASUMA 4F シティラボ、ワコール本社ビル
【申込】 京都朝げいこ 講座専用申込みウェブサイト
<http://asageiko.jp/course/cl-wacoal/>

女性限定 / 定員15名

年齢と合わせずにバストのサイズだけでブラジャーを選んだ際の比較イメージ



20代のバストを考えたブラを20代がつけた場合



20代のバストを考えたブラを40代がつけるとカップ上辺が浮いてしまう。

イメージ提供：株式会社ワコール

■お問合せ：「京都朝げいこ」運営事務局（コンセプトグラマー有限会社内）
〒604-0857 京都市中京区烏丸二条上ル時絵屋町267 烏丸二条ビル6F TEL075-222-1132
【担当】 奥村（おくむら）、稲葉（いなば）メール：info@asageiko.jp

■ カラダ美人講座 カリキュラム

第1回

知っておくべき下着のキホン

日時	3月4日(水) AM7:15~8:15	日々、当たり前前に付けている下着ですが、ここで改めてその役割について学びます。その上で、バストのエイジングと、下着でできるエイジングケアを考えましょう。
講師	谷本 貴子	
場所	COCON KARASUMA (4Fシティラボ)	

第2回

【ワコールミュージアム見学】あなたのサイズ、間違ってます！

日時	3月7日(土) AM10:00~12:00	ワコール本社にある「ワコールミュージアム」を見学し、日本だけでなく、世界の下着の歴史を学びます。また、プロの指導のもとで、身体のバランスをチェック。正しい採寸のポイントを押さえながら、ひとりひとり、採寸します。*セミオーダーブラの制作は、ワコールのセミオーダーブランド「デュブルベ」で行います。3月8~15日のあいだに、個別にオーダーに行ってください。
講師	弓戸 貴子、谷本 貴子	
場所	ワコール本社	

第3回

ボディラインをキープするための簡単エクササイズ

日時	3月11日(水) AM7:15~8:15	おなかとヒップのエイジングについて学びます。さらに、女性トレーナーを招いて、簡単エクササイズを実施。バスト周りはもちろん、ボディラインを整えましょう。
講師	弓戸 貴子、山崎 百合子	
場所	COCON KARASUMA (4Fシティラボ)	

第4回

美しさに磨きをかける下着のチカラ

日時	3月18日(水) AM7:15~8:15	下着が出来るまでの工程を知り、その工夫やこだわりを学びます。見えないからこそこだわりをもつことで、自分に自信が持てるようになるのも、下着の持つ「チカラ」。美しさアップのための、ブラ選びのポイントも伝授します。
講師	弓戸 貴子	
場所	COCON KARASUMA (4Fシティラボ)	

■ 講師紹介



弓戸貴子

株式会社ワコール 総合企画室
ボディコンサルタント
2010年より現職



谷本貴子

株式会社ワコール 総合企画室
ボディコンサルタント
2012年より現職



山崎百合子

「スタイルエクサ+K」
マスターインストラクター
肥満予防健康管理士
アンチエイジングアドバイザー

■ 京都朝げいこは、人生の質を高める活動をしています。

京都朝げいこは、より多くの方が充実した人生を送るために「大人になって学びたい意欲、価値観や生活習慣がマッチした新たなコミュニティの場と機会を提供する」ことで生活習慣の改善のきっかけを作り、「クオリティ・オブ・ライフ」を高める事を主たる活動としています。

朝げいこは、年3回、各カリキュラムごとに基本全8回の講座を行います。併せてフィールドワークの時間を設けており、講座内にそれまでに学んだことを実践することをひとつのゴールとした特色のあるカリキュラムを提供しています。

(公式ホームページ) <http://asageiko.jp/>

■お問合せ：「京都朝げいこ」運営事務局（コンセプトグラマー有限会社内）
〒604-0857 京都市中京区烏丸二条上ル時絵屋町267 烏丸二条ビル6F TEL075-222-1132
【担当】奥村（おくむら）、稲葉（いなば）メール：info@asageiko.jp