

2025 年 9 月 25 日



阪神甲子園球場でエクササイズができる！

「秋の朝トレ！甲子園」を開催

10 月 25 日（土）・26 日（日）、11 月 3 日（月・祝）の 3 日間

株式会社ウエルネス阪神（本社：兵庫県西宮市、社長：岡本直樹）が運営するタイガースフィットネスクラブ ラフィットは、10 月 25 日（土）、26 日（日）、11 月 3 日（月・祝）の 3 日間、阪神甲子園球場において、エクササイズイベント「秋の朝トレ！甲子園」を開催します。

清々しい朝の空気の中、バックスクリーンの前方に位置するバックスクリーンビューや 1 塁アルプススタンドから阪神甲子園球場の雄大なグラウンドを見下ろしながら、経験豊富なインストラクターによるトレーニング指導を受けることができる特別なイベントです。2 回目の開催となる今回は、前回好評だったプログラムに加え、外野人工芝エリアでのジョギングやダッシュを新たに体験いただけます。

【イベント概要】

名 称：「秋の朝トレ！甲子園」

会 場：①ヨガ&ストレッチの部

阪神甲子園球場 バックスクリーンビュー

②甲子園スペシャルトレーニングの部

阪神甲子園球場 1 塁アルプススタンド、外野人工芝エリア

開 催 日 時：2025 年 10 月 25 日(土)・26 日(日)、11 月 3 日(月・祝)

各日 7 時 30 分～8 時 30 分

集合時間 7 時 15 分（阪神甲子園球場 7 号門前に集合）

解散時間 8 時 45 分（予定）

参加対象者：中学生以上（参加者のみご入場いただきます。）

開 催 人 数：各部 30 名/日 ※先着順

参 加 料 金：①ヨガ&ストレッチの部 3,300 円（税込）

②甲子園スペシャルトレーニングの部 2,750 円（税込）

申 込 方 法：下のリンク又は右の二次元コードからお申込みください。

[朝トレ！甲子園応募フォームはこちら](#)



バックスクリーンビュー



1 塁アルプススタンドからの眺め



外野人工芝エリア



申込期間：2025年9月25日（木）10時～10月20日（月）10時

※先着順でお申込みいただいた方に、ご入金方法をメールでご案内します。

問合せ窓口：タイガースフィットネスクラブ ラフィット

電話：0798-40-5050(受付時間：10時～17時) ※月曜定休

※本イベントの運営は、株式会社ウエルネス阪神及び株式会社サップスが共同で行います。

◇ヨガ&ストレッチの内容

- ・座位での体幹ストレッチ
- ・立位のポーズを取り入れたトレーニング
- ・柔軟性向上と呼吸を組み合わせたストレッチ など

◇甲子園スペシャルトレーニングの内容

- ・プロ野球選手も使用するスタンド階段を活用したトレーニング
- ・外野人工芝エリアでのジョギング&ダッシュ（新メニュー）
- ・アルプススタンドの座席を活用したピラティス
- ・体幹の安定、股関節の可動性、姿勢改善に繋がるエクササイズ など



【第1回開催時の様子】

■ご注意

- ・雨天時は、3塁ブルペンに場所を移し、トレーニング内容を一部変更して開催します。
- ・お申込みだけでは参加は確定しません。お申込み完了後に送付される案内メールをご確認いただき、参加料金をお支払いください。
- ・本イベントの開催前に更衣いただく場所は用意しておりません。終了後については、ご希望される方のみタイガースフィットネスクラブ ラフィットの更衣室にご案内します。
- ・本イベントに必要な物（運動靴、タオル、水分補給用飲料、ヨガマット（ヨガ&ストレッチの部）は、参加者ご自身でご用意ください。
- ・本イベントにおける参加者の負傷、疾病、死亡、紛失、盗難その他一切の事件・事故についての責任は参加者自身が持つものとします。
- ・本イベント会場には、ペットその他会場側が適当と認めないものはお持ち込みいただけません。
- ・イベント中、主催者又は主催者の許諾を受けた第三者が記録・広報・報道の目的で写真・動画を撮影する場合があります。撮影した写真・動画は、チラシ、ポスター、広告、新聞、雑誌、書籍、テレビ、インターネット等で利用・公開（販売又は広告のための利用を含む。）することがあります。
- ・今後のイベント開催の参考として、ご参加いただいた皆様にはアンケートにご協力いただく場合があります。



阪神グループは、「“たいせつ”がギュッと。」のブランドスローガンの下、これからも一人ひとりのお客様の“たいせつ”と向き合い、グループ一丸となって阪神らしいブランド体験を提供し続けることで、その信頼と期待に応えてまいります。

以 上