

本物を知るジャーナリスト、鳥越俊太郎が
「密度の濃い人生」を送るために今を生きる人たちへ伝えたいことは
鳥越俊太郎×ケビン山崎 特別講演会
「人生の密度を濃くした男」

7月17日(火) 19:00～、六本木アカデミーヒルズにて開催

トータル・ワークアウトは、7月17日(火)19時より、世界的なジャーナリスト 鳥越俊太郎氏と数多くの著名人を肉体からサポートするパーソナル・トレーナー ケビン山崎による特別講演会を、六本木アカデミーヒルズ49 タワーホールにて開催いたします。

今回の講演会は、4度のがん手術を経験し、70歳を迎えてからトレーニングを開始した結果、体内年齢40歳と言われるほどまでに若返りに成功した鳥越俊太郎氏と、その指導にあたった「トータル・ワークアウト」の代表ケビン山崎が、対談形式で、トレーニングの効果がもたらす環境の変化など、実体験をふまえたトークを繰り広げます。肉体改造によって仕事やプライベートにおける意欲や行動力が向上したという鳥越氏のエピソードはもちろん、トレーニング・ジムと医療が融合した業界最先端のアンチエイジングプログラムのご紹介など、盛りだくさんの内容となっています。

「密度の濃い人生を送る」というテーマで、鳥越俊太郎が世代をこえて今を生きる人たちへ送る大切なメッセージや、トレーニングを通じて対話を続ける両氏の声にご期待ください。



協力:講談社



協力:講談社

【特別講演会概要】

日 時 : 2012年7月17日(火) 18時30分開場・19時開演
会 場 : 六本木アカデミーヒルズ49 タワーホール(港区六本木6-10-1 六本木ヒルズ森タワー49F)
主 催 : トータル・ワークアウト
協 力 : 大塚製薬株式会社/株式会社プロティア・ジャパン
お問合せ : トータル・ワークアウト事務局 浦木 [TEL:080-4109-9259 MAIL:info@totalworkout.jp]
チケット販売価格 : ¥12,000(税込)[プロテインフード、TWパーソナル・トレーニングチケット付き]
¥8,000(税込)[プロテインフード付き]
定 員 : 200名 ※定員になり次第締め切りとさせていただきます。

【ご購入方法】

■トータル・ワークアウトWEBストアにてチケットをご購入ください。
鳥越俊太郎 × ケビン山崎 特別講演会 詳細ページ [http://www.totalworkout.jp/event/]

【出演者プロフィール】

■鳥越俊太郎



1940年、福岡県生まれ。京都大学文学部卒業後、毎日新聞社へ入社。サンデー毎日編集長を経て、同社退職後はニュースキャスター、コメンテーターとして多くの報道番組に出演。2005年に直腸がんを患い手術を受ける。その後、肺への転移が見つかり再手術。現在はトレーニングを続けながら様々な活動を精力的に行っている。

・鳥越俊太郎オフィシャルサイト：<http://www.shuntorigoe.com/>

・facebook ページ：<http://www.facebook.com/people/Shuntarou-Torigoe/100002190204568>

・公式 twitter アカウント：[@shuntorigoe](https://twitter.com/shuntorigoe)

<コメント>

私は2005年に大腸がんになってから、『これまでやったことがない何かに挑戦しよう』と、残りの人生-時間を考えるようになりました。

あるとき、高齢の母が何度も転倒、骨折、入院を繰り返し、認知症の症状まで出て来たのを目の当たりにし、私は『人間は足から老いる』と悟りました。

残りの人生を何かに挑戦し楽しく生きるには、やはり足腰、つまり“下半身”を日頃から鍛えておかねばならないと思い、その思いが私をトータル・ワークアウトに導いてくれました。

現在は、下半身だけではなく体全体の肉体改造をトレーニングで行うことで、毎日楽しく暮しています。

■ケビン山崎



シアトルを拠点にトレーナーとして活動を開始。自らのトレーニング方法を研究・開発し、1978年シアトルに「トータル・ワークアウト」を設立。2001年東京に国内1号店をオープン。さまざまなアスリートの肉体改造を手がけ、現在は鳥越俊太郎氏を始め、数多くの有名人・著名人のパーソナル・トレーナーとして活躍中。

<コメント>

「もう少し疲れにくいカラダになれば・・・あと少し活動範囲が増やせたら・・・ほんの少し若返ることができたら・・・」そんな願いが叶った時、あなたの人生は今よりもっと充実し、密度の濃いものになる気がします。

私の仕事は、年齢にかかわらず、その人にとってより活力あるカラダを提供することです。適切なトレーニングを行い、きちんとした食事を摂る事で、人はいくつになっても理想のカラダを手に入れることができます。

鳥越さんは大きな病気をされたことなど忘れさせるくらい、トレーニングを通して常にご自身の進化や発見と向き合い密度の濃い毎日を送られています。何気なく毎日を過ごすのではなく、沢山の進化や発見を元に前進されているその姿に、僕は、トレーナーとして、人間として大きな影響を受けています。

自分自身を前進させる方法を知り、多くのものを自分自身の意思で選択できる。そんな権利を得るために、ぜひ皆様も今回の講演をきっかけにトレーニングを始めていただければ幸いです。

【トータル・ワークアウト 概要】

トータル・ワークアウトは数多くの著名人やスポーツ選手を始め、多くの一般の方々からもご支持を頂いているパーソナル・トレーナー ケビン山崎を主宰とするトレーニング・ジムです。会員様は一般的なダイエットのみならず、健康的なカラダや充実した生活を過ごす為に必要なカラダづくりを目的とされ日々トレーニングに励んでおります。様々なダイエット法が常に出てくるこの時代、単なる流行であったために下降していく業態が多い中で、創設以来、トレーニングと食生活のコントロールという人が生まれ持つ特性を用いた健全で確実な方法にて結果を出させて頂いております。そのトレーニング理論は『たった3週間でカラダは変わる』、『必ず結果がついてくる』、『トレーナーのサポートがあるから確実』ということで数多くの口コミやメディアに取り上げられております。お客様の目指すカラダをお伺いし、その目的を達成できるようパーソナル・トレーナーが二人三脚でサポートさせて頂きます。決して競技者など特別な人間のためのフィットネスではなく、子供からご年配の方まで一般の方々に、日常をより生き活きと過ごしていただくための効果的なトレーニングメニューをご提供しています。

『毎日に活気をもたらすカラダへ。最短で最大の結果を出す。』それが「トータル・ワークアウト」です。

トータル・ワークアウトホームページ：<http://www.totalworkout.jp/>

<本件に関する報道関係者のお問い合わせ先>

トータル・ワークアウト事務局 浦木・尾崎

TEL:03-5784-4497 E-MAIL:info@totalworkout.jp

※報道関係者様向けに画像を用意しておりますので、ご希望の方はお手数ですが上記までご連絡ください。