



〈期間限定〉芝生の上でくつろぐ  
秋のリフレッシュタイム

# 「MIDTOWN RELAX PARK 2021」

～オンラインでも楽しめる屋外ヨガ&フィットネスやナイトピクニックにぴったりな屋外シネマが登場！～  
9月17日(金)～10月3日(日)

東京ミッドタウン(港区赤坂 / 事業者代表 三井不動産株式会社)は、2021年9月17日(金)～10月3日(日)までの期間、「MIDTOWN RELAX PARK 2021(ミッドタウン リラックス パーク)」を開催いたします。

緑あふれる芝生広場の上で体を動かしてリフレッシュできる「ミッドパーク ヨガ&フィット」、屋外シネマをお楽しみいただける「ミッドパーク シネマ」など、外で過ごすのが気持ちよいこの季節ならではのコンテンツが揃います。

都心の広大な芝生の上で秋の訪れを感じながら、思い思いの時間をお過ごしください。



▲過去の様子



▲過去の様子

## 芝生の上で心地よく過ごす\事前申込制！／

### ● ミッドパーク ヨガ&フィット 【9/17～10/3】

14名の人気講師が日替わりでレッスンを実施！今年はオンライン配信も開催！

### ● ミッドパーク シネマ 【10/1～10/2】

芝生広場が2夜限りの屋外映画館に変身！テイクアウトフードやドリンク片手に楽しんで

	9月														10月		
	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	1	2	3
	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日
ミッドパーク ヨガ&フィット	ミッドパーク ヨガ&フィット																
ミッドパーク シネマ																	

<掲載時の一般の方のお問い合わせ先>

東京ミッドタウン・コールセンター TEL: 03-3475-3100

東京ミッドタウンホームページ [www.tokyo-midtown.com](http://www.tokyo-midtown.com)

東京ミッドタウンではお客様と従業員の安全・安心を第一に考え、新型コロナウイルス感染拡大防止に取り組んでおります。

<https://www.tokyo-midtown.com/jp/news/5054/>

## 初秋の季節、芝生の上で心地よい時間を過ごそう おうちで楽しめるオンライン配信も実施！

### ● ミッドパーク ヨガ&フィット

気持ちのいい秋空の下、緑に囲まれた芝生広場で体を動かしてリフレッシュする屋外ヨガ&フィットネスを開催します。今年は例年好評のヨガに加え、ピラティスとクロストレーニングも登場。

夜は心地よい秋風を感じながら開放的な気分を味わえ、朝は太陽の光を浴びながら爽やかな1日の始まりを感じていただけます。

【日 時】 朝 9:30～10:30(60分)  
9/18(土)、9/19(日)、9/20(月・祝)、9/23(木・祝)、  
9/25(土)、9/26(日)、10/2(土)、10/3(日)  
  
夜 19:00～20:00(60分)  
9/17(金)、9/18(土)、9/19(日)、9/20(月・祝)、  
10/3(日)

※雨天・荒天中止

【場 所】 芝生広場  
【料 金】 無料  
【定 員】 各回先着 350 名  
【参加方法】 事前申込制

※9/10(金) 11:00 頃より Peatix にて申込開始予定  
※各回定員になり次第受付終了とさせていただきます。

【主催・企画】 東京ミッドタウン  
【協 力】 コナミスポーツ株式会社



▲過去の様子

### ～インストラクター陣～

モデルとしても活躍し日々の生活に活かせるヨガを提案している野沢和香をはじめとするヨガインストラクターや、ピラティスでは優木まおみなど豪華インストラクターをお迎えしレッスンをを行います。

☀ 朝 🕒 9:30～10:30(60分)		🌙 夜 🕒 19:00～20:00(60分)	
9/17 金	🌙	ヨガ	ケンハラクマ 大竹春菜
9/18 土	☀	ヨガ	来夏
	🌙	ピラティス	熊澤枝里子
9/19 日	☀	ヨガ	セーリークリスティーナ美怜
	🌙	クロストレーニング	ラミレス美保 YASU
9/20 月・祝	☀	ヨガ	齋藤 りょう子
	🌙	ヨガ	Ami
9/23 木・祝	☀	ヨガ	片野 瑛子
9/25 土	☀	ヨガ	宮沢成良
9/26 日	☀	ピラティス	優木まおみ
10/2 土	☀	クロストレーニング	ラミレス美保 YASU
	☀	ヨガ	野沢和香
10/3 日	🌙	ピラティス	岡田 茉里乃

※インストラクターはやむを得ず変更になる可能性があります

## ～オンラインでも配信！～

ミッドパーク ヨガ&フィット実施中、4プログラムを東京ミッドタウン公式 Instagram にて、LIVE 配信を実施いたします。※雨天・荒天中止

豪華インストラクターをお迎えし、おうち時間でも開放的な自然を感じながらリフレッシュできるひとときをお楽しみください。また、今回実施した 13 プログラムは全て後日アーカイブ配信を予定しております。

【LIVE 配信日時】 9/18(土)9:30～10:30  
9/25(土)9:30～10:30  
9/26(日)9:30～10:30  
10/3(日)9:30～10:30

※雨天・荒天中止

※アーカイブ配信は 10 月以降順次配信予定

【Instagram 公式】 @tokyomidtown\_official / [https://www.instagram.com/tokyomidtown\\_official/](https://www.instagram.com/tokyomidtown_official/)

【主催・企画】 東京ミッドタウン

【協力】 コナミスポーツ株式会社

## ● ミッドパーク シネマ

爽やかな秋風が心地よい芝生広場にて、開放感にあふれた映画鑑賞をご堪能ください。テイクアウトフードやドリンク片手に、ナイトピクニックを楽しみながらご覧いただけます。

【日時】 10/1(金)18:00～20:00(予定)  
「イエスタデイ」(音声:日本語 / 字幕:英語)  
10/2(土)18:00～19:50(予定)  
「マンマ・ミーア！」(音声:日本語 / 字幕:英語)

※雨天決行・荒天中止

【場所】 芝生広場

【料金】 無料

【定員】 各回先着 176 組 352 名  
※チケット 1 枚につき 2 名まで入場可能

【参加方法】 事前申込制

※9/17(金)11:00 頃より Peatix にて申込開始予定

※各回定員になり次第受付終了とさせていただきます。

【主催・企画】 東京ミッドタウン

【協力】 ねぶくろシネマ



▲イメージ



© 2019 Universal Studios and Perfect Universe Investment Inc. All Rights Reserved.

Film © 2008 Universal Studios. And internationale Filmproduction Richter GmbH & Co.KG. All Rights Reserved. Artwork © 2009 Universal Studios. All Rights Reserved.

## 【感染症対策】

安心してお過ごしいただけるように以下を徹底して運営しております。

- ◇ スタッフの検温、マスク着用、手指消毒
- ◇ 入場時のお客様の検温、手指消毒
- ◇ 事前申込制の導入
- ◇ オープンエアな空間

## お客様へのお願い

- ◇ 発熱や咳、咽頭痛などの症状がある方については、ご参加をお控えください。
- ◇ 飲食時以外でのマスクの着用、咳エチケットにご協力をお願いいたします。
- ◇ ソーシャル・ディスタンスの確保をお願いいたします。

※掲載情報は予告なく変更となる場合がございます。あらかじめご了承ください。

※最新の営業情報はオフィシャルサイトをご確認ください。

URL: [www.tokyo-midtown.com](http://www.tokyo-midtown.com)

※新型コロナウイルス感染拡大防止および天災等の状況により予告なく営業時間の変更・休業となる場合がございます。予めご了承ください。

## 東京ミッドタウンについて



東京ミッドタウンは、広大なグリーンと6つの建物からなる複合都市です。街にはさまざまなショップやレストラン、オフィス、ホテル、緑地、美術館などの施設が集まっています。

四季を感じるイベントで季節に寄り添い、いたるところに息づくデザイン・アートや「TOKYO MIDTOWN AWARD」が発掘した若き才能にふれて新たな発見を。そして街に根づくおもてなしで心が解きほぐされていく。

それらを融合させることで訪れた人に、上質で心地よい場所と時間を提供することを目指しています。

<https://www.tokyo-midtown.com/jp/about/>

## 三井不動産グループのSDGsへの貢献について

三井不動産グループは、「共生・共存」「多様な価値観の連繋」「持続可能な社会の実現」の理念のもと、人と地球がともに豊かになる社会を目指し、環境(E)・社会(S)・ガバナンス(G)を意識した事業推進、つまりESG経営を推進しております。当社グループのESG経営をさらに加速させていくことで、日本政府が提唱する「Society 5.0」の実現や、「SDGs」の達成に大きく貢献できるものと考えています。

※なお、本リリースの取り組みは、SDGs(持続可能な開発目標)における2つの目標に貢献しています。

[https://www.mitsui-fudosan.co.jp/corporate/esg\\_csr/](https://www.mitsui-fudosan.co.jp/corporate/esg_csr/)

- 目標11 住み続けられるまちづくりを
- 目標15 陸の豊かさも守ろう

