

GENSEN

厳選

MOVE / LEARN / CHANGE
FOR A HEALTHIER FUTURE

動く、学ぶ、変わる。
企業の未来を、
カラダからつくる。



カラダで学ぶ！ スペシャル ゲストセミナー

学びは、カラダから。

転倒予防
腸脳関連
運動習慣
女性の健康
睡眠の質

ASPO



EXPERT
一流から学ぶ



SCIENCE
科学で理解する



ACTION
カラダで実践する

お気軽にお問い合わせください。

✉ info@aspo-net.com

GENSEN

動く、学ぶ、変わる。

リテラシーアップの体験型セミナー・ラーニング

最前線で活躍するプロフェッショナルから健康経営に役立つ「知識」と「実践」を学ぶ体験型のセミナーシリーズ。

最新のエビデンスと、現場での知見を組み合わせ、明日から現場で活かせるヒントをお届けします。

厳選



EXPERT

一流から学ぶ

各分野のプロフェッショナルが経験と知見を惜しみなく共有。



SCIENCE

科学で理解する

最新の研究・エビデンスをもとに、効果的な方法をわかりやすく解説。



ACTION

カラダで実践する

実技を通じて体験し、職場や日常で継続できる方法を身につける。

GENSEN スペシャルゲストセミナーラインナップ

各回 45～60 分（応相談）
オンライン / オフライン / ハイブリッド対応可

今知りたい
テーマと
専門家を
厳選！

PICK
UP
10

多様な
テーマで
学びを
深める！

01 世界が注目！ ジャパニーズ ウォーキングセミナー ～「座りっぱなし」から の脱却！元気を 呼び覚ます健康経営 アプローチ～  根本 賢一 医学博士 松本大学副学長・大学院 健康科学研究科教授	02 ビジネス パーソンに 知ってほしい 正しい姿勢  花岡 正敬 理学療法士 柔道整復師 姿勢クリエイター®	03 運動は最高の 快眠薬 ～シゴトと睡眠と 運動のふか～い関係～  齊藤 邦秀 ウェルネスエバンジェリスト 健康経営®アドバイザー	04 運動習慣を 変えるセルフ リーダー シップ  喜熨斗 勝史 元サッカーセルビア A 代表 フィジカルコーチ	05 女性特有の 健康問題と対策 ～男性社員にも 知ってほしい～  平井 晴子 株式会社 WIS 代表取締役 米国公認 アスレティックトレーナー
06 ハタラク大人の メンタル強化 & リフレッシュ 方法  武野 顕吾 臨床心理士	07 発声・プレゼン を極めるボイス トレーニング  松田 明典 インストラクター 声優・ナレーター	08 ハタラク大人 は体力が命 ～体力おばけ エクササイズ～  澤木 一貴 株式会社 SAWAKI GYM 代表取締役 健康経営®アドバイザー	09 頑張らずに “動けるカラダ” になる女性の コンディショニング  李 潤嬌 インストラクター パフォーマー	10 ハタラク女性の ハタラク体力  山下 三輝 インストラクター パーソナルトレーナー

著名人・元アスリートによる特別トークショーもご用意！ご希望・目的に合わせて様々な方々にご依頼可能です！

なかやまきんに君

お笑い芸人

（例）ネタあり！運動あり！
スペシャルトークセッション など

鳥谷 敬

元プロ野球選手

（例）スペシャルトークセッション
効果的な歩き方・身体の使い方 など

ウルフ・アロン

プロレスラー・元柔道家

（例）スペシャルトークセッション
一緒にエクササイズ など

武田 真治

俳優・タレント

（例）スペシャルトークセッション
一緒にエクササイズ など

前園 真聖

元サッカー日本代表

（例）スペシャルトークセッション
一緒にフットサル大会 など

貴社の課題や目的に合わせて最適なプランをご提案します。お気軽にご相談ください。



柔軟な開催形式

オンライン・オフライン
ハイブリッド対応



座学＋実技で“体感”

講義だけでなく実技ありで「体験」を
通じて理解が深まり、継続につながる



カスタマイズ可能

目的・課題に合わせて、貴社に合わせた
オリジナルプランをご提案。

ASPO

E-mail : info@aspo-net.com