

開催場所  
マチカラフィットネス大分

すべての女性に捧げる

# Femtech

フェムテックとはFemale(女性)と Technology(技術)からなる造語。  
生理や更年期などの女性特有の悩みについて、  
先進的な技術を用いた製品・サービスにより対応するもの。

## Femtech EVENT

女性の悩みを解決するための知恵、運動、物を集めた『フェムテックイベント』を開催

2022.12.3(土)

【時間】13:30~15:00 【場所】マチカラフィットネス大分

【参加費】会員様2,200円(税込み) / 外部3,300円(税込み)

※イベントは45分間のセミナーを視聴後に45分間のレッスンをを行います。

※参加費は受付後、3日以内にフロントにてお支払い下さい。

※当日キャンセルの場合は返金は致しかねます。あらかじめご了承ください。

### セミナー内容(45分)

講師：高林裕果

フェムケアを通して全ての女性に豊かな人生を!

従来なかなか口に出す事すら出来なかったフェムゾーンのお悩みは、もう1人で悩む時代ではありません!

女性の健康課題を解決する「フェムテック」「フェムケア」の必要性を学びあなたが今日から使えるお悩み改善方法と健康と美に繋がるポイントを看護師の視点からお伝えします。

〈女性の健康課題とは〉生理、PMS、更年期、不妊、尿もれ、性生活のお悩みなど

### イベントレッスン内容(45分)

講師：MIKU

#### FemDan®(フェムダン)

医師監修、女性のお悩みを改善するために骨盤底筋群を意識した下半身中心のメディカルエクササイズです。「腔・ウエスト・ヒップ」を引き締めることで頻尿や尿漏れ生理痛などフェムゾーンのトラブルの予防が期待できさらにダイエットにも最適です!

凝り固まった身体をほぐし心地よいストレッチをしてから音楽に合わせて腔を引き上げるダンストレーニングを行い、レッスンが終わった後は、姿勢が整い腔が引き上がる感覚を得ることができます。



#### 高林裕果 (Glad株式会社 代表取締役社長)

看護師/腔衛生協会代表/フェムケア化粧品開発  
看護師キャリア22年。ICUや外科病棟で経験を積む。その後「女性の健康と美」を極めるため美容皮膚科、美容部門立上げに携わり、フェムケア化粧品「CITUCA」の開発も手がけ、現在はフェムテック事業に参入し、Glad株式会社を設立。

「Fem Dan®」を開発。2022年には医師監修フェム特化サロン「Fem Riss®」をオープンし、女性の健康課題を改善するための事業を展開中。



#### MIKU (FemDan®講師/プロダンサー)

有名アーティスト振り付け、ツアーバックダンサー、舞台、ミュージカル、MV、TV、CM、映画出演など活動を多岐に広げている。

現在はイレブンブレイのメンバーとしても活動中。FemDan®講師、パフォーマーとしてJAPAN WELLNESS INNOVATIONとのコラボ動画に出演。

### お申し込み方法

11月5日(土)受付開始予定 ●11:00~来館受付 ●12:00~電話受付 ●13:00~外部受付



お問合せ

マチカラフィットネス大分

☎097-567-7555

詳しい内容はホームページに!!

マチカラフィットネス大分

検索

<http://muchcolor.jp/>

〒870-1133 大分市宮崎696-1コムボックス大分1F【休館日】木曜日及び年末年始等【営業時間】10:00~23:00(土~21:00/日祭~20:00)