



## GirlForce とは？

運動が良いことは誰でも知っています。そう言うわけで 16-21 才のガールズ対象に、2017 年の 1 年間、無料でジャザサイズダンスフィットネスクラスを提供することになっています \* (一部開催していないクラスもあります)。

**GirlForce (ガールフォース)** と名付けられたこのプログラムは、健康になり、健康的な習慣を学び、コミュニティの中に居場所を見つけることができる場所を提供することで、若い女性たちに力を与えることを目的にしています。フィットネスに楽しさと友達をプラスしたのが私たちのプログラム！

## GirlForce について

2016 年 6 月、Jazzercise, Inc. CEO で創始者のジュディ・シェパード・ミセットがホワイトハウス主催のステート・オブ・ウイメン・サミットで大きな課題となった「成長期の少女への支援」の重要性を感じ、ひらめきました。その後、ガールフォース・プログラムを考案し、2017 年に開始されたこのプログラムは、ティーンや大学進学年齢の女性たちの無料の参加を促し、ダンスを通じて自分の道を切り開くことを奨励します。

ジュディ・シェパード・ミセットはこのプログラムが「今後他の形に発展するかもしれませんが、現時点ではシンプルな形にしておきたいと思います」と言っています。

Jazzercise, Inc.社長のシャナ・ミセット・ネルソンは「2 人の娘を持つものとして、現在のティーンエイジャーの女子が特殊な問題に直面していることを私は知っています」と話し、「私たちは運動の効能を知っています。安全でフィットになれる場所を提供することで、彼女たちが強い女性になれば！」とジュディ・シェパード・ミセットが締めくくりました。



### GirlForce で ポジティブに、パワフルにダンスで道を切り開こう

女の子でいることはどれだけタフ（難しい）か解っています。でも同時に、女の子がタフ（強く）になれることも知っています。ジャザサイズダンスフィットネスプログラムは、肉体的、感情的、精神的な健康を高め、将来への準備をポジティブな方法で提供します。

ダンスすることで皆さんの夢と希望が形作られるのです。

#GirlForce #fitkerew になる方法はこちら。 <http://search.jazzercise.jp/searchClass>

SEE WHAT IT'S LIKE

「完全に息抜きしながら 超楽しめることが楽しみ！」

**WE.ARE.GIRL.**



### GirlForce で パワーを高めよう： WE. ARE. GIRL.

“超パワフルなプログラム”と言うだけでは物足りない。ひとり一人は STRONG！ みんなが集まるともっとすごいパワー！

あなたも仲間入りしてください。一緒に踊りましょう！

ジャザサイズは、モダンダンスの振り付けに、キックボクシングやヨガの動き、最新のトップヒット曲を組み合わせています。ジャザサイズのワークアウトは毎回パーティー！あなたも参加してみない？

ジャザサイズの #GirlForce に今すぐ参加して！

\*GirlForce 実施施設にて 2017 年の 1 年間、16-21 才のガールズ対象に無料となります。お近くのクラスはこちらから。

<http://search.jazzercise.jp/searchClass>