

2019年9月19日(木)16:00-17:30 (受付開始 15:45)

【テーマ】美しく歳を重ねていくためのチャレンジとは

ゲスト1: モデル **鈴蘭 (Suzuran) 氏**



- ◆1980年から20年間以上琉球舞踊宮城流鳳乃会にて国内、海外で舞台活動
- ◆45歳でグラビアDVDを発売
- ◆現在はフリーランスのモデル、役者として撮影会やクロッキー会を中心に活動中

出産後 食事管理で15kg減量し、母親役からポートレート写真モデルまでマルチに活躍。女性は『いくつになっても見られることを意識したらキレイになれる』をモットーに、アラフォーモデルとしてCMエキストラ、カタログwebモデル、広告ムービーに出演。若手モデルの育成にも携わり、自身で『一期一絵デッサン会』を毎月主宰。多くの方にデッサンの楽しみを普及中。

【テーマ】バランスのとれた美しさに必要なカラダづくりとは

ゲスト2: NAVISパーソナルトレーナー **津村知江 (Norie Tsumura) 氏**



- ◆女性専用パーソナルトレーニングジムNAVISの代表
- ◆2017年ミスアース東京大会ファイナリスト
- ◆ベストボディジャパン千葉大会準グランプリ
- ◆ミスワールドファイナリスト

女性専用ジムでパーソナルトレーナーとして経験を積んだのち、都内で女性専用ジム「Navis」を立ち上げ、フィットネスモデル兼パーソナルトレーナーとして活動中。数々の賞を受賞しその経験を活かし、ただ痩せるということは目的とせず、健康なカラダづくりを目標に一から食事や運動の指導を行うという寄り添いながらのサポートが、トレーニング初心者の方に好評。

【場所】 東京都中央区銀座4-3-5 銀座AHビル B1 BaseMent Ginza

【会費】 一般：5,000円 **大学生：無料** **【定員】** 20名

インタビュー：内田雅章



TOP CONNECT(株) 代表取締役

愛知県出身。早稲田大学卒業後、三和銀行、仕出し弁当販売業、マンションデベロッパー、銀座のクラブ経営を経て、日本ベンチャー協議会事務局長に就任。株式会社就職課の創業者。現在は人脈を切口にしたコンサルティング業務を行うと共に2014年6月、TOP CONNECT株式会社設立。2030倶楽部発起人代表。主な著書：『図解「人脈力」の作り方』（講談社+a文庫）、『政治屋失格』（ビジネス社）、『すごい！ビジネスモデル』（万来舎)など計36冊

東京メトロ銀座駅 B2 出口より徒歩1分



参加申込書 2030倶楽部 第49回対談交流会

貴社名：	ご参加の方のお名前・役職
Email：	ご参加の方のお名前・役職
電話番号（携帯）：	ご参加の方のお名前・役職

FAX :03-6278-8769 * Emailでお申し込みの場合は上記項目を記載し送信してください。 support@2030club.jp

主催：2030倶楽部 運営協力：TOPCONNECT株式会社

お問い合わせ 2030倶楽部事務局 〒104-0061東京都中央区銀座3-11-3 Email: support@2030club.jp FAX: 03-6278-8769