

# セミナー開催のご報告

2019年9月17日



先日9月15日、DNPプラザにて第1回 筋トレセミナーを開催しました。  
ご参加いただいた皆さま、本当にありがとうございました！  
お楽しみいただけましたでしょうか？

当日は、東京オリンピックのマラソン日本代表選手選考レース（MGC）の開催日。午前中、DNPプラザ前の道を選手たちが走り抜け、歩道からはたくさんの歓声が上がっていました。そんな熱気の中始まった今回のセミナー。皆さま最初は少し緊張しているかなという印象でしたが、カラダを動かすとだんだんと表情も晴れやかに。最後の質疑応答タイムでは、積極的に挙手して下さり、会場が盛り上がりました。出てくるのは、いい質問だな～と思うものばかりで、主催者の身でありながらとても勉強になりました。

食の会社がなぜ筋トレを？と感じる方もいらっしゃると思いますが、カラダを動かし、自分や家族のカラダについて考える機会があると、自然に健康や食にも目が向いてくると思います。

アットテーブルは、あらゆる方法で笑顔あふれる食卓を演出していきます。

次回も予定しておりますので、ぜひ楽しみに。

株式会社アットテーブル