灯台yoga

「自然との一体感」
「目の前に広がる海で心が解き放たれる」

in KOBE SENSE Activity
ハーバーランドエリアをはじめ港町神戸らしい自然や体験を楽しむことができます。

神戸メリケンパークオリエンタルホテルでは灯台公開（年2回）でしかご案内することのない、日本で唯一ホテルにある公式灯台が立つ、最上階のルーフトップバルコニーにて、270度大パノラマに包まれた開放感溢れる澄んだオープンエアのなかで、自身の身体に寄り添うことを目的としたヨガプログラムを午前・午後の2つのプログラムにてご用意しました。

午前のプログラム　7:00 ～ 8:00

開催日：8/5（木）・8/9（月）・8/20（金）・8/23（月）
9/2（木）・9/7（火）・9/16（木）・9/28（火）

定員：1日 15名　下記①・②からご希望のコースをお選びください。

①「colours / アンシー監修 へそヨガ」

アンシー監修の「へそヨガ」は東洋医学をベースにしたもので、気血のめぐりを活発にし、腸内環境を整えてくれます。太陽のパワーとともに、カラダの滞りをリセットしてはいかがでしょうか。

料金：お一人様 1レッスン 3,000円

②「colours / アンシー監修 へそヨガ ＋エグゼクティブラウンジ Breakfast」

Vivo 会員 特別価格 5,700円

エグゼクティブルームにご宿泊されたお客様専用ラウンジでの特別な朝食は平飼い卵を使用した卵料理、無添加のハム・ベーコン・ソーセージをご用意。身体に優しいおいしさが、健やか朝へと導きます。

料金：お一人様 1レッスン＋朝食（エグゼクティブラウンジ） ~~6,000円~~

特典　スポーツクラブ Vivo 当日ご利用ご優待（11:00 迄）
ミネラルウォーター（1本）・ヨガマットレンタル無料サービス

※当日はお着換えを済ませた状態で、6:45にスポーツクラブVivo(5F)にご集合ください。
※3日前まで要予約　※雨天の場合はスポーツクラブVivo内の岩塩にて行います。

午後のプログラム　16:15 ～ 17:15

開催日：~~8/2（月）・8/13（金）・8/20（金）・8/23（月）~~
~~9/3（金）・9/10（金）・9/13（月）・9/27（月）~~

※兵庫県からのまん延防止等重点措置、ならびに兵庫県が8月20日より緊急事態宣言の対象地域に指定されたことに伴いまして、8月・9月の午後のプログラムは中止とさせていただきます。

①「サーキュエッセンスヨガ」　定員：1日 15名

大脳生理学、神経免疫学、東洋医学に基づき研究を行い、西洋のハーブ・東洋の樹木など179種類の天然の香り成分を融合して開発された「サーキュエッセンス」。使用される方の体温や体臭に交わり、香りも感じ方も人それぞれ。その時に感じた香りがあなたの不調を調えてくれる香りなのかもしれません。香りの感じ方で自身の身体にある中枢（チャクラ）の状態を把握し、その中枢を意識しながら行うヨガトリートメント。

料金：お一人様 1レッスン 4,000円

特典　スポーツクラブ Vivo 当日ご利用ご優待（20:30 迄）
ミネラルウォーター（1本）・ヨガマットレンタル 無料サービス

※当日はお着換えを済ませた状態で、16:00にスポーツクラブVivo(5F)にご集合ください。
※3日前まで要予約　※雨天の場合はスポーツクラブVivo内の岩塩にて行います。

神朝プロジェクトとは？「オリエンタルホテルズ＆リゾーツ」が提供する朝を楽しむ体験プロジェクト。ホテルを中心に地域を巻き込み、「迎える朝が楽しみな体験」を共同プロジェクト化！ここでしか味わえない朝のお楽しみを皆様にお届けしてます。 https://www.oriental-hotels.com/experience/001/

●申込方法：お電話にてお申し込みください。

●お問い合わせ・申込先：神戸メリケンパークオリエンタルホテル スポーツクラブ Vivo フロント　TEL 078－335－2230

KOBE MERIKEN PARK ORIENTAL HOTEL　神戸メリケンパークオリエンタルホテル スポーツクラブ Vivo

主催：神戸メリケンパークオリエンタルホテル　運営：神戸メリケンパークオリエンタルホテル スポーツクラブ Vivo
〒650-0042 神戸市中央区波止場町 5-6　TEL:078-325-8111（代）https://www.kobe-orientalhotel.co.jp/