

報道関係者各位

2019年1月22日
ブッキング・ドットコム・ジャパン株式会社

正月太りを解消できること間違いなし！？ 新年1発目の旅行におすすめ 世界のユニークなエクササイズ旅4選！

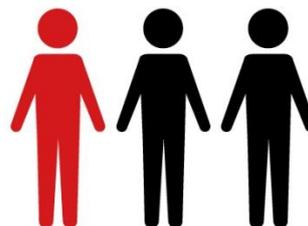


【2019年1月22日、日本発表】

数々のユニークな宿泊施設と人々を繋げる世界最大級の宿泊予約サイト Booking.com（ブッキング・ドットコム）の日本法人ブッキング・ドットコム・ジャパン株式会社（本社：東京都港区 代表：アダム・ブラウンステイン 以下：ブッキング・ドットコム）は、正月太りが気になる時期におすすめの一風変わったエクササイズが体験できる世界の旅行先を厳選し、最新のクチコミスコアとともに発表いたします。

1月はお正月や成人式などのお祝いごとや、新年会などでつい食べすぎてしまったことを気にする人も増える時期です。ブッキング・ドットコムが行った調査^(*)によると、旅行者の約3人に1人（36%）がリフレッシュ目的で旅行をすると回答しています。旅行先でもジムなどで体を動かす旅行者が増加傾向にある中、ブッキング・ドットコムは一年をスタートする時期にぴったりの、ユニークなエクササイズ体験でリフレッシュできる旅行先4選を紹介いたします。正月太りの解消や「健康第一」と新たな年の目標をたてた方におすすめの旅行先です。

リフレッシュ目的で旅をする人の割合



3人に1人（36%）

笑いヨガ - ムンバイ（インド）

90年代半ばにマダン・カタリア氏により創始された型破りなエクササイズ方法で、笑いには医学的にもスピリチュアル的にもメリットがあるという考えに基づいた、ちょっとユニークなエクササイズです。今ではヨーロッパ、アメリカなど世界各地で数千人もの人々が行っています。チョウパティー・ビーチ・ラフター・クラブは、ムンバイに数多くある笑いヨガクラブの一つで、南ムンバイのチョウパティー・ビーチの東端で毎朝7時に集会があります。ムンバイでの夜明けの笑いヨガセッションに参加して、日頃の悩み事をすべて消し去ってみては？



おすすめの滞在先: 洗練された美しさのあるタージ・ランズ・エンドは、チョウパティエー・ビーチから車ですぐの場所にあり、設備の整ったヘルスクラブがあります。滞在中、ゲストは Jiva Spa でマッサージやアーユルヴェーダの施術を楽しむことができますので、宿泊施設を選ぶ際に「スパ施設があることが重要」と回答した旅行者（25%）にぴったりです。プールで泳いだり、サウナでリラックスしたり、ヨガのセッションに参加したりして心身共にリフレッシュしたあとは、伝統のインド料理や本格的な中華料理を楽しむことができます。
（クチコミスコア 10 点満点中、8.9 点を獲得）

マーメイド・フィットネス - レイク・ミシガン（アメリカ）

レイク・ミシガンにある専用プールでは、ヒレ型フィンを着けてマーメイド・フィットネスを楽しむことができます。ヨガとピラティスの要素を取り入れたマーメイド・フィットネスは、力強さだけでなく、美しさやエレガントさも鍛えられる上に、本物の人魚姫のような気分も味わうことができます。



おすすめの滞在先: 運動で疲れた身体を癒すならシダー・リッジ・キャビンズがおすすめです。美しいクリア・レイクなどの人気スポットの近くに 있습니다。まるでお家のようなキャビンには、寝心地の良いベッド、お茶/コーヒー、パティオがあり、また暖炉もあるので人魚姫体験を終えた後に体を温めるにはぴったりです。
（クチコミスコア 10 点満点中、8.7 点を獲得）

ドッグヨガ - オークランド（ニュージーランド）

犬用マーケット、犬用のお寿司、犬のファッションショーなどがある犬に優しい街、オークランドで誕生したドッグヨガ。愛犬と一緒に伝統的なハタ・ヨガのポーズを練習して、身も心もリフレッシュするだけでなく、愛犬との絆も深めることができます。



おすすめの滞在先： 広々とした[プリンセス・ワーフ](#)のアパートメントには、ベッドルーム 2 室、設備の整ったキッチン、バスルーム、バルコニーが備わっており、ペットと一緒に泊まれる高級感溢れるお部屋は、愛犬との旅の時間を楽しむにはぴったりです。

(クチコミスコア 10 点満点中、8.7 点を獲得)

モーニングレイヴ - パリ (フランス)

通常は深夜に行われるパーティーを、健康的な朝のエクササイズとして生まれ変わらせた新たなムーブメント、モーニングレイヴ。カクテルの代わりにココナッツ・ウォーターを片手に、お気に入りの音楽にあわせて踊ることができ、健康思考だけどパーティーも好きという人におすすめのエクササイズです。スーパーフードのスムージーバーやマッサージ・ステーションがあり、またノリノリのダンスチームもいるので、朝 9 時前とは思えない盛り上がりを見せます。早起きも苦にならないイベントで運動を楽しめば、その後のパリ観光もエネルギーに楽しむことができます。



おすすめの滞在先: 街のクールなエリアで広々とした宿を提供している[ル・ビレッジ・モンマルトル・バイ・ヒップホップホテルズ](#)。早朝エクササイズの後には、美しいサクレ・クール寺院を訪れたり、モンマルトルを散策したりなど、観光拠点にするにはぴったりの場所です。

(クチコミスコア 10 点満点中、8.4 点を獲得)

*1 調査方法: 本調査は、過去 12 ヶ月の間に旅行をした、または今後 12 ヶ月以内に旅行に行く予定の成人を対象として、Booking.com が独自に行いました。対象サンプル: 56,727 名 (アルゼンチン、オーストラリア、ブラジル、カナダ、チリ中国、コロンビア、ドイツ、スペイン、フランス、香港、インドネシア、インド、イタリア、日本、韓国、メキシコ、マレーシア、オランダ、ポルトガル、ロシア、シンガポール、タイ、台湾、イギリス、アメリカより各 2,000 名以上。デンマーク、クロアチア、スウェーデン、ニュージーランドから各 1,000 名以上)。本オンライン・アンケートは 2017 年 10 月に集計されました。また、クチコミスコアは過去 2 年間 (2016 年 11 月~2018 年 12 月) に集計されたユーザーの各カテゴリー (清潔さ、快適さ、施設・設備、スタッフ、お得感) の点数を合計し、その合計点をもとに算出しています。

###

ブッキング・ドットコムについて

1996年にアムステルダムにて設立。Booking Holdings Inc. (NASDAQ : BKNG) の一部であり、現在世界 70 カ国に 198 のオフィスを設け、17,000 人以上の従業員を擁しています。旅の総合的な体験を提供するという『Empower people to experience the world』を企業理念に掲げ、気軽に旅を実現できるよう AI を含めたテクノロジーを開発・導入しています。アパートメントや B&B から、高級リゾート、ツリーハウスに至るまで、世界最大の宿泊施設数を提供しています。ウェブサイトとモバイルアプリは 43 言語で利用でき、229 の国と地域にある 14 万以上の旅行先に登録されているリスティング（掲載室数）は 2,900 万件以上。毎日 150 万室以上が予約されており、24 時間体制で 43 言語によるカスタマーサポートを提供しています。

日本では 2009 年に日本法人を設立。現在国内 6 ヶ所（東京 2 ヶ所・大阪・福岡・札幌・沖縄）のオフィスで地域に根ざした事業を展開。350 名以上いる従業員の内、約 200 名がカスタマーサービスのスタッフとしてお客様のサポートに従事。ホテルから旅館、パッケージンレンタル（民泊）まで、全国に 2 万件以上ある宿泊施設や Booking Experience によるアクティビティの予約が可能。