

満月の夜にだけ行われる瞑想時間

ムーンシャワー メディテーション

SPA 然 TOKYO「Moonshower Meditaion」開催

<http://www.hnt.co.jp/archives/12288>

2015年4月4日(土)、5月4日(月)、6月2日(火)

アサヨガ オンザデッキ

■毎週日曜日無料開催！自然のパワーを感じる「ASAYOGA on the Deck」でリフレッシュ

<http://www.hnt.co.jp/archives/14829>

2015年4月5日(日)～6月28日(日)

ホテル日航東京(東京都港区台場 総支配人:本中野 真)は、SPA 然 TOKYO(スパゼン トウキョウ)にて、2015年4月4日(土)、5月4日(月)、6月2日(火)の3日間限定で、満月の夜だけ行われる瞑想時間「Moonshower meditation(ムーンシャワー メディテーション)」を開催いたします。

「Moonshower Meditaion」は、ボディスタイリストとして活躍している比嘉 美佐子氏が、満月のパワーを最大限に感じられる開放的なテラスで、太古の昔から輝き続ける月明かりの下、目を閉じて静かに心と身体に向き合い、思考を開放することで、ストレッチを交えながら心と身体を整えるメディテーションストレッチをレクチャーいたします。また、オプションにて開放的なアクアゾーンが魅力のSPA 然 TOKYOの施設もご利用いただけます。雄大な東京湾を臨む屋外ジェットバスやアロマミストサウナなど、リゾートスパならではの贅沢な空間で、心身ともにリラックスしていただけます。また、2015年4月5日(日)～6月28日(日)の期間、毎週日曜日には、どなたでも無料で参加いただける「ASAYOGA on the Deck(アサヨガ オンザデッキ)」を開催いたします。このレッスンは、ご滞在中のお客様以外の方もご参加いただけるフリーレッスンとなっております。日曜日の朝は少し早起きをして、澄みきった空気と輝く日差しの中で、心身ともに解放感に浸り、贅沢なリフレッシュタイムをお過ごしください。レッスンの後は、東京野菜を使ったヘルシーな料理をはじめ、特製オリジナルレシピのスムージーで、朝からビタミン補給したりと、「ヘルシー&ビューティー」をテーマにした朝食で、朝からバランスよく野菜とエネルギーをチャージして、健康的で美しい一日をお過ごしください。

■「Moonshower Meditation」概要

期 間：2015年4月4日(土)、5月4日(月)、6月2日(火)
※6月は満月の前日に開催

時 間：21:15～21:45

場 所：5F「SPA 然 TOKYO」テラス

料 金：3,000円

定 員：7名様

内 容：①メディテーションストレッチ(30分)
②ミネラルウォーター1本プレゼント

U R L：<http://www.hnt.co.jp/archives/12288>

※お着替えは、SPA 然 TOKYO内のロッカーをご利用いただけます。

※オプションにて、SPA 然 TOKYO施設もご利用できます。(1,188円)

※消費税・サービス料込



<比嘉 美佐子(ひが みさこ)氏>

沖縄県生まれ。モデルとして東京を中心に数々のコレクション・オートクチュール・ブライダルショー等に出演。モデルのキャリアを活かし、トータルアドバイザーとしても活動。モデルのレッスンも数多く手がけ、ブライダルスタイリストとして、ドレスの着こなし方や歩き方・ブーケ・挙式当日の立ち振る舞い・チャペルでの所作など、トータル的にアドバイスやカウンセリングを行う。最近では骨盤ダイエット・ストレッチなど、ボディスタイリストとしても活躍中。



■フリーレッスン「ASAYOGA on the Deck」概要

期 間：2015年4月5日(日)～6月28日(日)

時 間：毎週日曜日 8:00～8:30

場 所：2F「シーサイドデッキ」

料 金：無料(予約制) ※事前のご予約をおすすめしております。

内 容：ヨガ(30分)

U R L：<http://www.hnt.co.jp/archives/14829>

※雨天時は、別会場をご案内いたします。

※ご朝食をご利用される方にはご優待価格をご案内いたします。

ご予約・お問合せ：5F「SPA 然 TOKYO」Tel:03-5500-5520



■SPA然 TOKYO

東京にいながらリゾート感あふれる「SPA然 TOKYO」は、日本人が持つ独特の美意識を取り入れたインテリアの中で自然の温かみを感じながら、心身ともにリラックスしていただける空間が広がっています。東京湾を望む屋外ジェットバスやリゾート感あふれる開放的なプールなど充実のスパ施設を備えております。また、お台場近隣にはランニングコースも充実しており、ランニングステーションとしてもご利用いただけます。



SPA然 TOKYO

住 所 : 〒138-8625 東京都港区台場1-9-1 ホテル日航東京5F
時 間 : 7:00~22:00(プログラム営業時間 10:00~22:00)

■ホテル日航東京

名 称 : ホテル日航東京
代 表 者 : 総支配人 本中野 真
所 在 地 : 〒135-8625 東京都港区台場1-9-1 Tel (03)5500-5500(代表)
客 室 数 : 453室 (全室バルコニー付)
ア ク セ ス : 新交通ゆりかもめ「台場」駅 直結



<ホテル日航東京に関する一般の方からのお問合せ/ご掲載用お問合せ>
Tel:03-5500-5500(代表) Fax:03-5500-5516 HP: <http://www.hnt.co.jp/>