

報道関係各位

人気のランチタイムヨガがついに名古屋に登場  
「チェアヨガ 30min.」@スタジオ・ヨギー名古屋  
2012年10月12日(金)スタート



LOHAS志向の開放的なNYスタイルのヨガ&ピラティススタジオ、「スタジオ・ヨギー」を全国に16店舗展開する株式会社ロハスインターナショナル(所在地:東京都目黒区、代表取締役社長 清水 圭)は、スーツを着たままで、ランチタイムに気軽にヨガを楽しめる『チェアヨガ 30min.』を、「スタジオ・ヨギー名古屋」にて10月12日(金)より開始します。

『チェアヨガ 30min.』とは、2010年5月より「スタジオ・ヨギーTOKYO」、2012年5月より「スタジオ・ヨギー札幌」にて開催している、ランチタイムに着替えずにイスに座って行う30分のヨガクラスです。健康志向が高まる中、「運動をしたいが、まとまった時間がなかなか取れない」という忙しいビジネスマンや、小さなお子さんをお持ちの働くママなど、幅広い層にご好評をいただいています。

このたびお客様からのご要望にお応えし、東京、札幌に次いで全国で三番目に、名古屋スタジオにてクラスを新設することになりました。

30分間集中してヨガを行うことで運動不足を和らげるだけでなく、緊張した体を呼吸とともに気持ちよく伸ばしていくため、マッサージを受けたような爽快感が味わえます。イスを使用することでポーズが取りやすくなるため、ヨガが初めての方や高齢者にも向いており、肩こりや腰痛などの悩みをお持ちの方にもお勧めです。

「スタジオ・ヨギー」では、本格的に学べるクラスはもちろん、気軽に体験できるクラスを通じてヨガをより身近に感じていただきながら、みなさまの心と体の健康づくりをサポートしてまいります。

■「チェアヨガ 30min.」概要

開始日	2012年10月12日(金) 12:15~12:45(30分間)
開催場所	スタジオ・ヨギー名古屋 〒450-0002 愛知県名古屋市中村区名駅4-26-22 名駅ビル6F TEL:052-561-4117 名古屋駅ミヤコ地下街2番出口より徒歩30秒
料金	1回:1000円(30分・マットレンタル代を含む) ※ロハスメンバーやチケット(回数券)をお持ちの方は、 通常のレギュラークラス料金システム同様、1回分のクラスとしてご利用可能です。

【studio yoggy (スタジオ・ヨギー)】

スタジオ・ヨギーは、2004年の誕生以来全国16店舗を展開し、ココロとカラダにきもちいいライフスタイルを提案しています。ヨガ、ピラティス、ビューティ・ペルヴィス(骨盤調整)の3つのプログラムを提供し、入会金、年会費は無料。回数券や月額通い放題など様々なプランを用意し、初心者から経験者まで男女ともに楽しめる豊富なクラスを展開しています。