

株式会社chohai「究極の美」presents

# YOGA MARATHON JAPAN 「NAGASAKI」

世界的ムーブメントとなっているヨガのワークショップを長崎で開催！



ケン・ハラクマ



吉川めい

2016

11.27 日

9:00OPEN 9:30START

ホテルニュー長崎 YOGA会場  
長崎市大黒町14-5 (海鳳の間)

料金：¥17,000(税込)150名限定  
YOGA90分×3クラス  
ベジタリアンお弁当付き

スペシャルインストラクター

ケン・ハラクマ  
吉川めい

1日3クラス受講でき、  
ホテルニュー長崎名誉総料理長、川端シェフ監修による  
スペシャルランチが付いた充実の内容だ。

スペシャルインストラクターは  
日本のヨガ第一人者である  
ヨガマスターのケン・ハラクマと、  
日本のヨガ、健康、

そしてライフスタイルを牽引し続ける吉川めい。  
ナビゲーターは26年のキャリアを持つ岡西康子だ。  
初心者の方や初めての方から、インストラクターの方まで  
幅広く参加できる内容のヨガプログラムで、  
美しくしなやかな体になろう。

\*ナビゲーター\* 岡西康子

\*受講対象\*

初心者からヨガインストラクターまで幅広く対応。

\*ご用意いただくもの\*

ヨガマット・お水等・タオル

(当日レンタル有。ヨガマット¥500/タオル¥200)

\*内容\*

YOGA90分クラス×3クラス受講  
+ベジタリアンお弁当付

# YOGA MARATHON JAPAN 「NAGASAKI」

## タイムスケジュール (各クラス 90 分)

開 場 9:00 ~ 9:30 《ナビゲーター》岡西康子

クラス1 9:30~11:00  
《スペシャルインストラクター》吉川めい

クラス2 11:30~13:00  
《スペシャルインストラクター》  
吉川めい&ケン・ハラクマ

ランチタイム 13:00~14:30  
《龍宮の間 50名・珊瑚の間 100名》

クラス3 14:30~16:00  
《スペシャルインストラクター》ケン・ハラクマ

## 料金

17,000 円 (税込) ※完全予約制  
(150名限定 YOGA90分 × 3 クラス  
ベジタリアンお弁当付き)

## スペシャルランチ

ホテルニュー長崎 名誉総料理長 川端シェフ監修  
ベジタリアンお弁当

## 当日ご用意いただくもの

・ヨガマット・タオル・お水等飲み物  
(当日レンタル有 ヨガマット ¥ 500 / タオル ¥ 200)

## スペシャルインストラクター



### ケン・ハラクマ

アシュタンガヨガ、アイアンガーヨガ、ヴィンヤサ系ヨガ、リストラティブ系ヒーリング & リラクゼーションヨガ等各種のハタヨガと精神面を重視したラージャヨガなど、さまざまなヨガの実践を通し、初心者からインストラクターまで親切丁寧な指導で定評。日本全国及び海外にてワークショップ・合宿・指導者養成や、メディア・教育・各種企業へのヨガコンサルティングなど日本人に合ったヨガの実践方法を提唱する日本のヨガ界の第一人者として活躍。



### 吉川めい

'04年に雑誌 YOGINI の表紙モデルに抜擢され、およそ10年間に渡りカバーモデルを務める。  
'11年、活動の中心の場としてコンセプトスタジオ veda (東京・南青山) をオープン。レギュラークラスの他、国内外におけるワークショップ、本やDVDなど様々な媒体を通して身体的なメソッドだけに留まらないヨガを伝え、日本のヨガ、健康、そしてライフスタイルを牽引し続けている。

## ナビゲーター 岡西康子



ロータスブルームヨガ代表。  
大学卒業後、(株)リボンスポーツシステムズ入社。東京池袋サンシャインビル内「スポーツクラブ・リボン館」にてインストラクターデビュー。フィットネスインストラクターとしてのキャリアをスタートさせる。故郷である長崎に拠点を移したのち、フリーインストラクターとして、大手スポーツクラブ各社で指導する。性別、年齢、体形などに関係なくどなたにでも気軽にできるリラクゼーション、癒しのヨガのプログラムに力を注いでいる。より多くの方にヨガの素晴らしさ、気持ちよさをお伝えしたいと思っている。

## お申し込み方法

ローソン、ミニストップ店頭にあるチケット発券 Loppi と web サイト ローチケ HMV での販売となります。

※1回の予約可能枚数 6枚まで

◆Lコード 83385   
◆web ページ

<http://l-tike.com/st1/yoga-nagasaki>

お申し込み期間: 10/1(土)10:00 ~ 11/22(火)23:59



## 会場

### ホテルニュー長崎



〒850-0057  
長崎県長崎市大黒町14番5号  
TEL:095-826-8000

JR 長崎駅隣接・徒歩約1分

協力 ロータスブルームヨガ



主催 / お問い合わせ (株) chohai  
〒850-0851 長崎県長崎市古川町6-28 風社ビル3F

TEL 095-828-7445  
平日 11:00 ~ 17:00