

2024年4月10日

報道関係各位

三菱地所ホテルズ&リゾーツ株式会社

仙台ロイヤルパークホテルで始めるウェルネス習慣 春から始める大人の習い事 少人数制の定期ヨガレッスン 楽しみながら心の絆を深める 親子ヨガ 登場

仙台ロイヤルパークホテル(所在地:仙台市泉区寺岡 6-2-1 総支配人:一倉 豊)では、2017年4月よりアクティビティとして「モーニングヨガ」を継続開催し、ご宿泊者様に限らず多くのお客様にご利用いただいておりますが、2024年5月より「少人数制の定期ヨガレッスン」そして、小さなお子様と親御様が一緒に参加できる「親子ヨガ」を新たにスタートいたします。

ヨガに必要なヨガマット等はホテルでご用意するので、動きやすい服装で気軽にご参加OK! レッスンの後は新緑が美しいガーデンを眺めながらのランチやラウンジでのティータイムもおすすめ。日常を少し離れて心身ともに寛ぎのひとときをお楽しみいただけます。

● 初心者から初級者向けのやさしいヨガ「定期ヨガレッスン」

ホテルのヨガインストラクターとともに、各月のテーマに合わせて基本となるポーズを中心に体を動かす少人数制レッスン(最大8名)です。

またレッスン期間中の参加者特典として、「モーニングヨガ」(毎日開催)を1,000円(一般通常価格2,000円)でご利用いただけ、グリーンシーズン(9月まで)はホテル内ガーデンでのヨガもお楽しみいただけます。

【レッスンテーマ例】

5月:脚/むくみ ふくらはぎからお尻にかけてむくみにくい体質づくり。

6月:胸周り/梅雨対策 胸周りを開いて呼吸の循環を促すリフレッシュワーク。

【概要】

期間:2024年5月7日(火)~2025年3月29日(土)

・火曜日コース/土曜日コースとも、各月2回開催です。

・春コース(2か月)5月7日(火)~5月11日(土)~

・夏コース(3か月)7月9日(火)~7月13日(土)~

・秋コース(3か月)10月8日(火)~10月12日(土)~

・冬コース(3か月)1月7日(火)~1月11日(土)~

時間:10:30~11:20(50分)

開催場所:ホテル館内

料金:7,500円(3か月ごと) ※春コース(2か月)のみ5,000円

含まれる内容:ヨガレッスン、ミネラルウォーター1本、ヨガマットレンタル

申込方法:WEB予約/各コース2か月前より受注開始。

最小催行人数:1名 ※定員各コース最大8名まで。

持ち物:動きやすい服装と汗拭き用のタオルをご準備ください。



▲ヨガレッスンイメージ

【特設ページ URL】 <https://www.srph.co.jp/experience/activity/f0xq2o21a/>

【モーニングヨガ URL】 <https://www.srph.co.jp/experience/activity/dqags4obj/>

● スキンシップを大切に 親子で楽しむヨガレッスン

親子でふれあいながら呼吸を整え、ヨガを通じて心を通わせていくヨガレッスンです。1歳～2歳のお子様の心と体の特徴に関する話も交えながらインストラクターがお子様の状況に合わせて丁寧にご案内します。

1回ずつ参加できるレッスンなので、親子でヨガを体験してみたい方におすすめです。



▲親子ヨガレッスンイメージ

期間:2024年5月17日(金)～2025年3月14日(金)

・毎月第3金曜日開催

・但し8月は第4金曜日、2025年2月・3月は第2金曜日

時間:10:30～11:10(40分)

開催場所:ホテル館内

料金:1組(大人1名様、お子様1名様:対象年齢1歳～2歳) 1,500円/回

含まれる内容:ヨガレッスン、ミネラルウォーター1本、ヨガマットレンタル

申込方法:要予約。WEB予約2日前まで。電話:前日18時まで。※開催日の2か月前より受注開始。

最小催行人数:1組 ※定員各日最大5組まで。

持ち物:動きやすい服装と汗拭き用のタオル、お子様のお飲み物(適宜)をご準備ください。

【特設ページ URL】 <https://www.srph.co.jp/experience/activity/6lfsrcizuq/>

【講師について】

「RYT200」及び「RCYT95」を持つホテルのヨガインストラクターが担当します。

※「RYT200」とは、全米ヨガアライアンス協会がヨガインストラクターのレベルを一定以上に保つために、同じ「RCYT95」とは同協会がキッズヨガインストラクターのレベルを一定以上に保つために設定した国際的なヨガインストラクター資格です。

禁忌事項:妊娠・心臓疾患・循環器系障害・静脈瘤・皮膚疾患・体調不良、その他持病のある方や医師による治療を受けている方は、ご参加いただけませんのでご了承ください。

問合せ:022-377-3896(受付時間 10:00～18:00)

※画像は全てイメージです。

※表示価格には消費税・サービス料が含まれます。

※掲載内容は、予告なく変更になる場合がございます。

<本件に関するお問合せ先>

三菱地所ホテルズ&リゾーツ株式会社 仙台ロイヤルパークホテル

セールスプロモーション マーケティング担当:小野寺、三浦

TEL:022-377-1111(代表) FAX:022-377-1450 E-MAIL:r-onodera@rphs.jp

URL:<https://www.srph.co.jp/>