

Press Release

2024年1月31日

ウェスティンホテル仙台
地上 110m からの絶景の中、春へ向けて身体を整える
エンハンシング モーメント
ウェルネスイベント「Enhancing Moment Vol.2」開催
エクササイズのは、チョコレートのパフェを
日程：2024年3月6日(水)
場所：宴会場 雅(25階) / ラウンジ&バー ホライゾン(26階)



イメージ

ウェスティンホテル仙台(仙台市青葉区一番町、総支配人 下重 和之)では、2024年3月6日(水)に、ウェスティンが大切にしている " ウェルビーイング(心身ともに満たされた状態へ導くこと) " なイベントの第2弾として、「Enhancing Moment Vol.2」を開催いたします。

様々な観点から身体を整えることができ、世界中で人気を集めているピラティス。地上 110m に位置し、西は蔵王連峰、北は仙台市街地から七ツ森を見渡す開放的な空間「雅」での絶景ピラティスで、当ホテルならではのウェルビーイングをご体験いただけるイベントです。プログラムは、仙台市内にてスタジオ「Body Studio GRACE」を主宰している高橋 麻美氏による、日常生活を活動的に過ごす「錆びない身体」をテーマとしたピラティスと、適度な有酸素運動で動物の動きを応用した自重トレーニングのアニマルフローをオリジナルメニューにて構成。また、希望者へは空中ヨガの体験をご用意し、まさに宙に浮いているかのような感覚へと誘い、究極のリラックス状態へと導きます。

エクササイズ後は、美しい眺望が広がるラウンジ&バー ホライゾンにて、期間限定でお召し上がりいただける「シーズナルパフェ ~チョコレート~」を。様々な健康効果が報告されているポリフェノールを多く含む、カカオをふんだんに使った香り高いパフェで、身体も心も満たされるひとときをお楽しみいただけます。

大きな窓から風光る美しい空を眺めながら、身も心も身軽になるウェルビーイングな時間をお過ごしください。

【プログラム】

InBody による測定 希望者のみ 13:00 より可能

体の水分量や筋肉量などを測定する InBody にて、身体を構成する基本成分である水分、タンパク質、ミネラル、体脂肪を定量的に分析し、栄養状態やむくみ、身体のバランスなど、約 30 秒で人体成分の過不足を検査いたします。



イメージ

ピラティス 約 40 分

リハビリを目的として誕生したピラティス。日常生活の中で美しい姿勢を保てるよう、自身の身体に向き合い呼吸を整えながら、インナーマッスルや体幹を安全に効率よく鍛えます。



イメージ

アニマルフロー 約 20 分

「動物の動き」「カポエイラ」「ヨガ」「ブレイクダンス」などの要素が組み込まれたプログラムで、器具を使わず体だけで行います。動物的な動きを取り入れているため、四脚歩行で全身運動となり、ダイナミックな動きで心肺機能や筋力の向上が期待できます。今回のプログラムでは、基本動作にて構成。初めての方でも無理なくエクササイズいただけます。



イメージ

空中ヨガ 希望者のみ約 15～30 分

ハンモックを使用した最新のヨガスタイル空中ヨガをご体験いただけます。逆さになることで、頭の重みで背骨を牽引し解放することができ、普段重力で落ちやすい内臓の位置も整えていきます。



イメージ

* 妊娠中の方や運動影響のある持病(緑内障、骨粗鬆症、ヘルニア、高血圧、脳や心臓の病気など)をお持ちの方はご遠慮いただいております。

* めまいなど体調が思わしくない方はご遠慮いただいております。

カフェタイム「シーズナルパフェ ～チョコレート～」

仙台市街地から太平洋までをダイナミックに見渡せるラウンジ & バー ホライゾン(26 階)にて、「シーズナルパフェ ～チョコレート～」をお召し上がりいただけます。チョコレートのムースや、シフォンケーキなど 11 種類のスイーツがグラスを彩り、トップのチョコレートカップへ熱々のキャラメルソースを注いで、甘い香りに包まれたパフェをお召し上がりいただけます。



「シーズナルパフェ ～チョコレート～」イメージ

【Enhancing Moment Vol.2 の概要】

日程：2024 年 3 月 6 日(水)

時間：受付 13:00、ピラティス開始 13:30、カフェタイム開始 15:00

料金：6,000 円(シーズナルパフェ料金含む)

定員：10 名様(最小催行人数 6 名様)

場所：ピラティス「雅」(25 階)、シーズナルパフェ「ラウンジ & バー ホライゾン」(26 階)

※記載の時間およびプログラムは変更になる場合がございます。

※運動ができる服装と汗拭き用のタオルをご準備ください。

※記載の料金はサービス料・消費税込みの料金です。

※定員に達し次第、受付を終了いたします。

<ご予約・お問合せ先>

ウェスティンホテル仙台 TEL：022-722-1234 URL：<https://www.the-westin-sendai.com/>

高橋 麻美氏について

5歳より仙台市内にてクラシックバレエをスタート。ALL Nippon D.A.T.E. クラシックバレエコンペティションにて宮城県知事賞、オーディエンス賞、スカラシップなどを受賞。各国で研鑽を積みフランス Stage Entertainment France ミュージカル「オペラ座の怪人」パリ公演ダンサーキャストを務める。2020年6月にBody Studio GRACEを開設し、「美しい人生を歩む」という理念のもと、様々な運動への挑戦が今までにない身体や心の反応を生み出し、最適な動作や美しいふるまいを身に付け、身体と心が美しく、しなやかになるようサポートをしている。



<高橋氏より>

普段使わない感覚を味わえるイベント内容です。一緒に「錆びない身体」を目指しましょう！！

ウェスティンホテル&リゾートについて

ウェスティンホテル&リゾートは、10年以上にわたりホスピタリティにおけるウェルネスの分野を世界で牽引し、ブランドのウェルビーイングを構成する6つの柱、Sleep Well、Eat Well、Move Well、Feel Well、Work Well、Play Wellを通じ、ゲストが旅行中に旅の疲れを乗り越えられるよう尽力しています。約40の国と地域に230軒以上のホテルやリゾートを展開し、ブランドを象徴し受賞歴を誇るヘブンリーベッド、革新的なギアレンドイングプログラムや、ブランドを代表するフィットネススタジオであるWestinWORKOUT™内のTRXのジム設備、美味しく栄養豊富なお食事メニューなど、ゲストに幅広いウェルネスサービスをご体験いただけます。詳細については、www.westin.com をご覧ください。また、[Facebook](https://facebook.com/Westin) (facebook.com/Westin)、[X\(旧 Twitter\)](https://twitter.com/Westin)や [Instagram](https://www.instagram.com/westin) (@westin) で最新情報をご案内しています。ウェスティンは、マリオット・インターナショナルのグローバル・トラベル・プログラムであるMarriott Bonvoy™ (マリオット ボンヴォイ) に参加しています。Marriott Bonvoy は会員の皆さまに並外れたグローバルブランドポートフォリオや [Marriott Bonvoy Moments](#) での体験、そして無料ホテル宿泊に向けたポイントやエリートステータス昇格に向けた泊数獲得を含む、比類なき特典をお届けします。無料会員登録やプログラムの詳細については、MarriottBonvoy.marriott.com をご覧ください。

【本件に関する報道関係者様からのお問い合わせ先】

ウェスティンホテル仙台 セールス&マーケティング部 栗田・久米田

〒980-0811 仙台市青葉区一番町1-9-1

TEL : 022-722-1234(代表) FAX : 022-722-1270 E-mail : marketing@westin-sendai.com