



nikko Style  
nagoya

## PRESS RELEASE

2023年1月12日

ニッコースタイル名古屋

### 新しい季節に向けて、ホテルで整える心と身体 ヘルシーランチ付き！「ピラティス&韓流『養生』講座」を開催

開催日時：2023年2月15日(水)11時

ニッコースタイル名古屋(所在地:愛知県名古屋市、総支配人:西 邦之)では、2023年2月15日(水)に、ピラティス講師のソン・アグン氏を迎え「ピラティス&韓流『養生』講座」を開催いたします。

立春を過ぎ、新しい季節に向けて「美しい姿勢をつくるピラティス」「韓国に学ぶ心身のケア講座」「野菜たっぷりランチ」の3ステップで心と身体の両方を整える、1日限定のスペシャルプログラムです。



講師のソン・アグン氏 (ニッコースタイル名古屋内のフィットネスジムにて)

当ホテルでは過去2021年7月・10月・12月に計3回、ソン氏によるピラティスレッスンを開催いたしました。毎回「身体の使い方や意識の向け方の指導が丁寧かつ分かりやすい」と参加者から好評を得たものの、コロナ禍により2022年は開催を見合わせておりました。1年2か月ぶりとなる今回は、はじめてホテルランチを加え開催いたします。また在日コリアン3世である彼女ならではのコンテンツとして、ピラティス後に韓国伝統の健康茶『韓方茶』のサービスとともに、韓国流の内から輝く美と健康をテーマにした講話もごさいます。

ピラティスで身体を気持ち良く動かし、講話で内面も充実させた後のランチには、レストラン「style kitchen(スタイルキッチン)」のヘルシーなセットメニューをご用意しております。人気の「具たくさん野菜のライスベジボウル仕立て」をメインに、パン・スープ・デザート・食後のコーヒーまたは紅茶がつく充実の内容です。「具たくさん野菜のライスベジボウル仕立て」はカリフラワーライスを用いた温かいサラダで、その名のとおり約250グラムもの彩り

野菜を摂ることができます。なおランチにはソン氏も同席し、情報交換や参加者同士の交流による発見とつながりの場をご提供します。

厳しい寒さの中にも春への兆しが見える時期に行う「ピラティス&韓流『養生』講座」は、停滞感をリセットしイキと次の季節を迎える下準備やきっかけづくりを狙いとしています。ホテル宿泊客のみ利用できるフィットネスジムや客室(当イベントでは更衣室として利用)をお使いいただけ、リーズナブルな値段でホテルを体験できることも当イベントの魅力です。

### 【ピラティス&韓流『養生』講座 概要】

開催日時: 2023年2月15日(水) 11:00~13:40 (受付:10:30~)

場 所: ニッコースタイル名古屋

(名古屋市中村区名駅 5-20-13)

各線「名古屋」駅から徒歩約10分、地下鉄桜通線「国際センター」駅から徒歩約4分

参加料: 3,600円

\*オークラ ニッコー ホテルズのメンバーシッププログラム「One Harmony」の会員は、優待料金3,200円でご参加いただけます。

\*料金にはレッスン・韓方茶テイasting・ランチ・消費税・サービス料を含みます。

定 員: 10名

持 ち 物: 動きやすい服装(Tシャツ、レギンスなど)

#### ◆ 申込方法

ホテル公式サイトからオンライン予約にて受け付けます。

<https://nagoya.nikkostyle.jp/news/pilates-vojo-20230215/>

\*申込期間:2023年1月12日(木)~2月10日(金)

\*期間中でも満席になった場合は受付を終了します。

#### ◆ 当日のスケジュール

10:30~11:00 受付・着替え

11:00~11:50 ピラティスレッスン (約50分:フィットネスジムにて)

11:50~12:10 韓流『養生』講座・韓方茶サービス (約20分:フィットネスジムにて)

12:15~12:40 着替え

12:40~13:40 頃 ランチ (レストラン「style kitchen」)

#### ◆ ランチメニュー

パン / スープ / 具たくさん野菜のライスベジボウル仕立て / デザート / 食後のコーヒーまたは紅茶(コーヒーは「TRUNK COFFEE」のホテルオリジナルブレンド、紅茶はロンネフェルト)



具たくさん野菜のライスベジボウル仕立て



レストラン「style kitchen」

◆ 講師：ソン・アグン(宋 亜弓)

朝鮮半島にルーツを持ち、日本で生まれ育った在日コリアン 3 世のピラティスインストラクター。体幹を鍛えて心身のバランスを整えるリハビリから考案されたピラティスと、韓国の健康茶「韓方茶」を通じて『美は内側に宿る』という信念を広めるべく、レッスンや講演会を開催する等パワフルに活動する 3 児の母であり指導歴 18 年のセラピスト起業家。韓医学についても豊富な知識を持つ。輝く女性の代表として国連行事『国際女性デー』イベントにもブース出展経験あり。

◆ お客様からのお問い合わせ先

ニッコースタイル名古屋 マーケティング部 Tel: 052 - 211 - 8263(直通)

\*受付時間:月～金 9:30～17:00

**【新型コロナウイルスの感染予防対策について】**

ニッコースタイル名古屋では衛生ガイドラインに基づき、アルコール消毒液を設置、店内の拭き取り消毒、スタッフ全員のマスク着用、店内の席の間隔を広く保つ、状況に応じて入店制限を行うなどの取り組みを行っております。当ホテルの新型コロナウイルス感染症拡大防止ガイドラインについては公式サイトをご覧ください。

<https://nagoya.nikkostyle.jp/our-response-to-covid-19/>

**ニッコースタイル名古屋について**

ニッコースタイル名古屋は、コーヒーと音楽にこだわった唯一無二のライフスタイルホテルとして、2020年8月7日に開業いたしました。

地域の食材にこだわった料理や音楽、アートを通じて、ホテルゲストや地元の人々が集まり、つながる場を提供することをブランドの世界観とし、付帯施設として、コミュニナルロビー、オールデイダイニング、カフェ・バー、DJ ブース、フィットネスジムを設置しております。

正方形で 30 m<sup>2</sup>の広さを有する客室は仕切りを設けないことで、ゆったりとしたリビングスペースを実現し、くつろぎや癒しにこだわりました。また館内の随所に有松絞りはじめとした名古屋の伝統工芸をモダンに取り入れており、地域に根付いてきた文化を感じていただけます。

< Nikko Style とは >

ニッコースタイルは、文化・健康・環境に強い関心を持ち、新しい体験・気づき・発見を求めるお客様に対して、ホテルに「泊まる」からホテルで「過ごす」という体験に誘います。また、地域の食材にこだわった料理や音楽、アートを通じて、ホテルゲストや地元の人々が集まり、つながる場所を提供するホテルです。



■ 報道関係者からのお問い合わせ先

ニッコースタイル名古屋

広報担当 中嶋・柳・西

〒450-0002 愛知県名古屋市中村区名駅 5-20-13

TEL: 052 - 211 - 8263 FAX: 052 - 211 - 8133 E-mail: [marketing@nagoya.nikkostyle.jp](mailto:marketing@nagoya.nikkostyle.jp)

■ 一般のお客様からのお問い合わせ先

ニッコースタイル名古屋 TEL: 052 - 211 - 8050 (代表)