



自分を磨くことが、楽しくなる空間

コンセプトスタジオ *Veda*
(ヴェーダ / 東京・表参道)

人気講師 3 名による、プレス向け特別アニバーサリーイベント開催!



芥川舞子



吉川めい



野沢和香

veda's Story “7th Anniversary” まで

コンセプトスタジオ veda は、
2011 年 3 月 3 日、東日本大震災の一週間前にオープンしました。

「ヨガを中心に、心とカラダの健康につながる
クオリティ高いクラスの提供」を当初からテーマにしていましたが、
最初から存在意義を問われてしまうような始まりでした。


それでもやめられなかったのは、「今こそホンモノのヨガが必要」と思えたから。

ヨガは本来、カラダのエクササイズだけに留まらず、
丁寧に意識を扱うマインドフルネスによって、
誰にでも有効活用できる心とカラダの健康法なんです。

ヘルシー、ハッピー、そしてマインドフルなライフスタイルの拠り所として、
東京・青山の静かな一角で、みんなが裸足でシンプルになれる場所、
それがコンセプトスタジオ veda です。

MEMBER'S VOICE

私にとって「パワースポット」と言ってもいい☆
友人を連れて行く時も誇らしく思うの♪

 A.Kさん OL (40代女性)

vedaに来てヨガに惚れ直しました。
行くだけで気持ちになる空間です。

 A.Aさん ヨガインストラクター (30代女性)



コンセプトスタジオ veda 主宰 吉川めい

日本人女性初 インド総本山 KPJAYI 公認
アシュタンガヨガインストラクター

アディダス・ヨガアンバサダーとして日本及びグローバルで広告モデルを務める他、プログラム開発を担当。全国規模でインストラクターの養成に携わる。レギュラークラスの他、国内外における活動や本やDVDなど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。著書に『吉川めいのアシュタンガヨガ基礎レッスン』（NHK 出版）など。

※2015年より、コンセプトスタジオ veda は、アディダス・ジャパンのパートナーヨガスタジオとなりました。



初めてでも 身体がかたくても 男性でもコワくない
Veda のヨガ体験

「Revival Spring ～春・咲く・準備～」

カラダを動かして、呼吸を整えるヨガクラスでデトックス。
ちよつとの疲れや知らぬ間に溜まってしまったストレスを軽い汗と共に洗い流したなら、
その後のメディテーションは、一段と心地よい静けさに至るはず。

3/11 (日)	16:00 - 17:00	ヨガクラス by 野沢和香
	17:00 - 17:30	メディテーションクラス by 吉川めい
	18:00 - 19:30	レセプション・取材
3/12 (月)	19:00 - 20:00	ヨガクラス by 芥川舞子
	20:00 - 20:30	メディテーションクラス by 吉川めい
	21:00 - 21:30	取材のみ

【参加希望】参加ご希望のクラスに、をつけてください。

日程 3/11 (日) 3/12 (月)

内容 クラスとレセプション参加 レセプション(3/11)・取材のみ参加

取材 希望しない 希望する

*取材をご希望の場合 撮影あり 撮影なし

御社名

email

お電話番号

(ふりがな)
ご担当者名

※複数名のご参加希望の場合、全員のお名前明記をお願いします。

ご要望・ご質問

※事前にご要望、ご質問などございましたら上記へご記入ください。※ヨガクラスについては、定員に達した場合は先着順とさせていただきます。※ヨガクラスご参加の方は、動きやすい服装のお着替え、ヨガマットをお持ちください。※レンタルマットのご用意もご用意ありますが、数に限りがありますので、ご了承ください。

お忙しいところ恐れ入りますが、2/23(金)までにメールやFAXにて
ご参加可否をお知らせいただけますようお願いいたします。



コンセプトスタジオ
veda (ヴェーダ)
vedatokyo.com

〒107-0062 東京都港区南青山4-17-3, 2f
tel : 03-6447-1502 fax : 03-6447-1503
email : info@vedatokyo.com
定休日 : 毎週水曜 営業時間 : 10:00 am ~ 6:00 pm