



PRESS RELEASE

報道関係者各位

2023年5月12日
株式会社 ZEN PLACE

**ウェルビーイング創造のリーディングカンパニー ZEN PLACE | 英国で最も尊敬される
ピラティス指導者の1人 Amit Younger が来日、4つの指導者向けワークショップ直接指導！
2023年6月17日（土）、21日(水)、22日(木)、24日(土)開催**

最先端研究結果・科学をもとに、グローバルな環境で最新技術とDXで挑戦を重ね、サービス業界にイノベーションを起こしている最先端のWeb3.0 DX企業であり、ウェルビーイング創造のリーディングカンパニーである株式会社ZEN PLACE（本社：東京都渋谷区代表取締役：尾崎成彦）は、英国で最も尊敬されるピラティス指導者の1人である Amit Younger（アミット・ヤンガー）の指導者向けワークショップを2023年6月17日（土）、21日(水)、22日(木)、24日(土)に開催します。今回アミットは日本に来日し、スタジオで直接指導します。



詳細・お申し込み：<https://www.bodymindspiritresearchlab.com/workshops/652>

英国で最も尊敬されるピラティス指導者の1人 Amit Younger（アミット・ヤンガー）来日！
アミットだからこそ伝えられる「ピラティス Educatorに必要な本質的なこと」

元 BASI シニアファカルティであり、世界で教え、何度も来日指導をしてきた Amit Younger（アミット・ヤンガー）が来日予定。

4箇所の zen place pilates スタジオでピラティス指導者向けワークショップを開催します。Mat 卒業生も Machine 卒業生も直接アミットから学ぶチャンスです！

Amit Younger（アミット・ヤンガー）による4つのピラティス指導者向けワークショップ

- ・ Strong and Mobile Shoulders／強靱で可動性のある肩
- ・ Side Bending and Rotations／サイドベンドとローテーション
- ・ バックエクステンションの探求 - 後弯・前弯過度な背骨を均等に動かすために
- ・ Feet and Ankle Articulation and Stability／足と足首のアーティキュレーションと安定性

【ワークショップ 1】 Strong and Mobile Shoulders／強靱で可動性のある肩

■概要：肩関節は、筋肉に依存する関節。これほど可動性が高く、これほど大きな可動域で常に動作させる必要がある関節は、身体の中で他にありません。もちろん、その代償として、不安定さ、弱さ、硬さ、インピンジメント症候群など、様々なアンバランスが生じます。

このワークショップでは、肩関節と肩甲帯全体の強度と安定性を向上させるためのマットとプロップスを使ったレパトリーについて見ていきます。

オープンチェーンとクローズドチェーンの両方のエクササイズをカバーし、姿勢、アライメントと機能の関係にも目を向けます。

■日時：2023年6月17日（土）14：00～17：00

■場所：zen place pilates 渋谷スタジオ

<https://www.zenplace.co.jp/studios/basipilates-shibuya>

■料金：24,500円 ※早割 5月15日まで 22,750円！

【ワークショップ 2】 Side Bending and Rotations／サイドベンドとローテーション

■概要：体幹の側屈と回転は、多くの理由で重要です。緊張を解きほぐし、より自由な動きを可能にし、姿勢の改善を助けます。また、呼吸を十分に行い、内臓を健康に保つためにも必要です。腹斜筋は、体幹と背骨を安定させ、肋骨と骨盤を動かすのに不可欠な役割を担っています。

このワークショップでアミットと一緒にこの原理をより深く理解し、新しい動きの可能性を体験することができます。

■日時：2023年6月21日（水）14:30～17:30

■場所：zen place pilates 横浜スタジオ

<https://www.zenplace.co.jp/studios/basipilates-yokohama>

■料金：24,500円 ※早割 5月15日まで 22,750円！

【ワークショップ 3】 バックエクステンションの探求 - 後弯・前弯過度な背骨を均等に動かすために

■概要：このワークショップでは、アミットが様々なレパトリーを通して、バックエクステンションのテクニックと可動域を向上させるためにクライアントと取り組む際に指針となる原則を説明・実演し、非常に実践的で貴重なワークショップです。

このワークショップでは、以下のことを学びます：

- ・緊張を解きほぐし、抑制をなくす
- ・背骨の伸長とアーティキュレーション
- ・頭と頸部の位置決め
- ・コアの強さと支持力
- ・その他、ムーブメントポテンシャルに寄与/影響する要素

■日時：2023年6月22日（木）14:00-17:00

■場所：zen place pilates 新宿スタジオ

<https://www.zenplace.co.jp/studios/basipilates-shinjuku>

■料金：24,500円 ※早割 5月15日まで 22,750円！

【ワークショップ 4】 Feet and Ankle Articulation and Stability / 足と足首のアーティキュレーションと安定性

■概要：足と足首は、私たちの姿勢と直立動作の基礎となる部分です。足や足首が硬かったり弱かったりすると、膝から肩、首まですべてに影響を及ぼし、立ち方、歩き方、走り方、しゃがみ方などにも影響を及ぼします。

オープンチェーンのエクササイズから、緊張をほぐし強度を高めるプロップワーク、そしてチェーン全体に負荷をかけ強化するアップライトな動きまで、アミットと一緒に足首と足のレパートリーをじっくり見てみましょう。

■日時：2023年6月24日（土）9:00-12:00

■場所：zen place pilates 銀座2丁目スタジオ

<https://www.zenplace.co.jp/studios/basipilates-ginza>

■料金：24,500円 ※早割 5月15日まで 22,750円！

講師プロフィール Amit Younger (アミット ヤンガー) .

Amit Younger (アミット ヤンガー) は英国で最も経験豊富で尊敬されるピラティス指導者の一人です。

2001年からピラティススタジオとプログラムを管理・指導し、2005年からピラティスティーチャーを育成しています。

ピラティスとヨガのクラスをオンラインで提供する大手サイト、yooopod.comの共同設立者の一人でもあります。

また、ピラティス・ティーチャーのためのワークショップ、マスタークラス、リトリートを開催するほか、アメリカ、日本、ヨーロッパのピラティス・イベントでプレゼンテーションを行うなど、人気の高いプレゼンターでもあります。



2005年から2013年まで、BASI (Body Arts and Science International) のシニアファカルティメンバーを務め、ピラティスの指導者コミュニティにさらなる教育を提供していました。

日本にも何度も来日し、BASIピラティスの養成コースをはじめ、様々なワークショップや研修を通して、「ピラティスとは何か」「How to ではないピラティスの本質や核心に迫る指導」を続け、zen placeで活躍するピラティスエドゥケーター（初期メンバー）にも大きな影響をもたらしました。

<バックグラウンド>

アミットは、パフォーミングアートの世界出身です。10年にわたるダンスキャリアは、様々なカンパニーと共演し、世界中を駆け巡ってきました。バレエやモダンのテクニックだけでなく、ピラティス、フェルデンクライス、その他のマインド・ボディ・メソッドなど、幅広いダンストレーニングを積んでいます。ダンサーとしてだけでなく、ヴァイオリニストとしても活躍し、プロの演劇やオペラ作品にも参加しています。

Better Person 宣言



私たちは、zen place ピラティス・ヨガを通して
日々、社会に貢献しようという思いを持つ、よりよい人間になることを目指します。
よりよい人間になることを通して、
自分自身がウェルビーイングの状態であることをつくり、
これを広めることで、ウェルビーイングな社会をつくります。

zen place が提案する、Well-being - Since 2004

構想から約 20 年、zen place は世界の企業、団体と連携し
最先端テクノロジーやサイエンス、研究結果をも取り入れ
世界基準のレッスンを提供する、本格ピラティス・ヨガスタジオです。
脳の概念化、脳システムに基づき
知覚、実践で科学的に立証された zen place のピラティス・ヨガで
Well-being の創造をサポートします。

人生観が変わる、人生を変えるピラティス・ヨガ

株式会社 ZEN PLACE

「日本のウェルビーイングを世界最高にする」ZEN PLACE は、グローバルな環境で最新技術と DX で挑戦を重ね、ウェルビーイングとサービス業界にイノベーションを起こしている Well-being Development Company です。

最先端研究結果・科学をもとに、DX・Web3.0 との融合を行い、日本国内だけでなく中国をはじめとする海外のピラティス・ヨガスタジオの運営や学びを深める養成コースやワークショップ、ウェルビーイングを促進する自社開発アプリや AI 解析サービス、豊かな一生をサポートするヘルスケア・アプリの開発やクリニック・訪問看護、さらに免疫や内蔵機能の調節など様々な生体機能に効果があるといわれている CBD を取り扱う EC サイト運営や自社開発など、ZEN PLACE らしいユニークでシームレスな事業展開で Holistic Wellness と Well-being を実現し、社会に変化をもたらすユニークでオンリーワンの会社です。ZEN PLACE と、もっとウェルビーイングな未来へー

※1: 自社調べ(2023年2月)

商号 : 株式会社 ZEN PLACE
代表者 : 尾崎 成彦
所在地 : 東京都渋谷区広尾 3 丁目 1 2 - 3 6 ワイマツ広尾 4 階
業種 : ヘルスケア



■ZEN PLACE 関連サイト

スタジオ Website <https://www.zenplace.co.jp/>
コラムサイト <https://www.zenplace.co.jp/column/index.php>
公式 Instagram https://www.instagram.com/zenplace_official/
公式 Twitter https://twitter.com/zenplace_jp
公式 YouTube <https://www.youtube.com/channel/UC-N5VcKtH5XQLoOQonXDkpw>
コーポレート Website <https://corporate.zenplace.co.jp/>
アカデミーWebsite <https://ac.zenplace.co.jp/>
オンラインストア <https://zenplaceonline-store.myshopify.com/>
CBD オンラインストア <https://cbd.zenplace.co.jp/shop>
zen place 採用情報 <https://www.wholebodyeducator.com/>

本件に関する報道関係者のお問い合わせ

株式会社 ZEN PLACE

マーケティング室 PR 担当：福田

メールアドレス: n.fukuda@zenplace.co.jp, zen_marketing@zen-jp.info