

2021年6月9日

株式会社 IGNITE

6月12日 Global Wellness Day

IGNITE YOGA STUDIO がフォーシーズンズホテルの

ウェルネス アクティビティに参加！

Instagramによるライブ配信も実施

株式会社IGNITE（本社：東京都渋谷区神宮前 5-16-13 Six Harajuku Terrace 2F 代表取締役：エドワーズ寿里）が運営、主宰するIGNITE YOGA STUDIO（イグナイトヨガスタジオ）は、グローバルウェルネスデーを祝して6月12日（土）にフォーシーズンズホテル東京大手町にて開催されるウェルネスアクティビティに参加いたします。またIGNITE YOGAのコンテンツはInstagramでも配信いたします。

GLOBAL WELLNESS DAY

禅 IGNITE FIT
BY ZEN INSPIRATION

June 12th Saturday
4pm Door open
4:30 - 5:30pm IGNITE FIT

IGNITE yoga

FOUR SEASONS HOTEL
TOKYO AT OTEMACHI

GRIT NATION

AIMOVE
PROTEIN BAR
PROTEIN
20

The poster features a silhouette of a woman in a yoga pose against a sunset background. It includes event details, logos for Ignite Yoga, Four Seasons Hotel, and Grit Nation, and a mention of Aimove Protein Bar.

IGNITE YOGA（イグナイトヨガ）はエドワーズ寿里が2017年より主宰するヨガプログラムです。ヨガを現代的にアレンジし、忙しいライフスタイルにもフィットするよう全てのプログラムを1時間で構成しています。効率よく体を動かしながら、呼吸を深めて自分と向き合う時間を持つことで、ストレスやネガティブなエネルギーから解放され、もう一度自分の本質と繋がり、ヨガをすることでどんどん進化していく人生を実感することができるモダンスタイルなヨガのコンテンツを提供しています。

この度、IGNITE YOGAはグローバルウェルネスデーを祝して6月12日（土）にフォーシーズンズホテル東京大手町にて開催されるウェルネスアクティビティに参加いたします。「1日を変えれば、これからの人生も変わる」をスローガンに世界的に注目を浴びる、グローバルウェルネスデーは2012年トルコからスタートし現在世界各国で開催しているウェルネス・ソーシャルイベントです。毎年6月の第2土曜日をグローバルウェルネスデーとし、「健康的なライフスタイル」を世界中のみなさんが見直すきっかけになればという願いから開催されています。

世界が「新しい生活様式」を模索している今、セルフケアはより重要となり「どうすればより健康的で、よりマインドフルで幸福な人生を送れるか？」を探求する1日を提供し、自分自身の幸福を求めためのモチベーションにつなげて欲しいという、フォーシーズンズホテルの想いに賛同し、IGNITE YOGA は、ヨガとメディテーションのセッションを行います。「禅」をテーマとした本イベントではフォーシーズンズホテル東京大手町が提供して下さるラグジュアリーな空間とIGNITE YOGA のコラボレーションにより、日常から少し身を離し、自分自身と繋がる充実したモダンなヨガタイムをお届けいたします。また、一部IGNITE YOGA のコンテンツは、IGNITE YOGA のオフィシャルInstagramのアカウントからライブ配信を行い、会場にお越しいただけない方にもお楽しみいただくことができます。

IGNITE YOGA はこれからも、体を動かすことだけにとどまらず、様々なジャンルの方とのコラボレーションを積極的に行い、自分の進化を感じながら、心身ともにより豊かな人生を体感していただけるよう、現代のライフスタイルに寄り添った、上質なヨガの時間を提供いたします。

■イベント詳細

開催日：6月12日（土）

開催場所：フォーシーズンズホテル東京大手町（東京都千代田区大手町1-2-1）

予約：Spa.Otemachi@fourseasons.com

<タイムスケジュール>

・7:45~8:00

柑橘類のさわやかなフレーバーが特徴のヘルシーな目覚めのスムージーでエネルギーを補給

・8:00~9:15

深い呼吸とともにゆっくりと体を動かすことにフォーカスした、エドワーズ壽里によるヨガとメディテーション

※IGNITE YOGA のInstagram 公式アカウントにて同時ライブ配信

・9:15~9:45

レジデントティーソムリエによる新鮮な果物とハーブティーのデトックス

・10:00~11:00

アドラー心理学に基づいたテクニックを持つスピリチュアル マスターでシンギングボウルアーティストの吉田淳一氏によるサウンド メディテーション「クリスタル ボウル サウンド オブ ディープセルフラブ イマージョン」

・11:15~12:15

浄土真宗東本願寺派 緑泉寺住職青江覚峰による禅の食事メディテーション

・ 14:30～15:15

皇居の庭園をジョギング。雨天の場合は、ホテルのトレーナーが室内ストレッチ

・ 16:30～17:30

IGNITE YOGA STUDIO エドワーズ壽里、GRIT NATION 林周一郎氏によるスペシャルコラボレーション
IGNITE FIT

・ 17:30～18:00

ウェルカムドリンクタイム

■IGNITE FIT について

IGNITE FIT はヨガに筋力トレーニングと有酸素の要素を組み合わせ、普段やっているヨガのポーズも負荷をかけることで、より深く強くポーズをとることができます。身体を追い込みながら呼吸を意識することでマインドをコントロールする術を実践しながら、マインドフルな状態に自分を導いていく効率の良いレッスンです。今回は Wellness Day スペシャルレッスンとして、GRIT NATION 代表 林周一郎氏とのスペシャルコラボレーション。Wellness Day 共通の「禅」をテーマとしたこの日にしか体験できないレッスンを開催します。

「禅」もマインドフルネスもともに共通する、自分の呼吸に意識を向けることで、自分の内側に気づきを得るということ。静かに座ることももちろん大切ですが、今回は1時間のレッスンを通してアクティブに動きながら、自分自身の内側を観察していきましょう！アクティブに体を動かしている時だからこそ、感じられること。たくさん汗をかいた後だからこそ感じられる爽快感と達成感を味わっていきます。

ラグジュアリーな空間に身をおきながら、自分と繋がる、日常生活から少し身を離して、内側に眠るエネルギーと共に新たな自分に気づいていきましょう！

■GRIT NATION 代表 林周一郎氏について

1981年 東京都生まれ



幼少期から多くのスポーツに触れてきたが、中学時代から始めたラグビーで開眼。個の力が求められながら、それだけでは結果が出ないチームスポーツの奥深さに魅了され学生時代の大半を捧げる。卒業後は三菱商事に入社、ユニテッドアローズの新業態立ち上げや中国留学、ユニクロの新素材開発など12年半の修行を経て独立。心の底から信じるスポーツの力で世界を鮮やかに変えるべく、渋谷と銀座のスタジオを拠点に「進化を楽しむ」ライフスタイルの提案を行なっている。

GRIT NATION: <https://gritnation.jp/>

Instagram: https://www.instagram.com/shoe_gritnation/

■エドワーズ壽里について



東京で生まれ育ち、大学時代を過ごしたカリフォルニアでヨガに出会い、ハワイ移住後、全米ヨガアライアンスのRYT200を取得。その後、カピオラニコミュニティーカレッジにて Sports Science（スポーツ科学）を勉強し、ACSM（アメリカ医学会）の認定パーソナルトレーナーの資格を得る。日本人だけでなくハワイローカルにも支持され、ハワイを代表するヨガインストラクターとしてアメリカ最大ヨガイベントの Wanderlust や Food and Wine Festival などの様々なイベントで講師を務める。ヨガだけでなく、サーフィン、トライアスロン、スノーボードなど、アクティブな趣味を持ち、フルマラソンはサブ4記録。鉄人レースと言われる長距離トライアスロン、アイアンマンも 12 時間 15 分で完走した経験もある。

2015 年より、バンクーバー発アスレチックアパレルブランド、ルルレモンの日本の立ち上げを任せられ、日本に帰国。ルルレモンの「達人」として、イベントの企画やブランディング戦略なども手掛けながら、日本でのブランドの認知度を上げていった。自らも数々のイベントやメディアに出演。2019 年アジア初のルルレモン「カントリーアンバサダー」に抜擢され、活動の場を日本とハワイから新に世界へと広げている。アメリカで得た世界観と既存のヨガの枠にとらわれない斬新なスタイルが好評で、クリエイティブにイベントやプログラムをプロデュースしながら、ヨガの新しい形を次々と提案し続けている。アスリートのマインドフルネスコーチとしても活動の場を広げながら、原宿にある自身のスタジオ IGNITE YOGA STUDIO を手がける。

IGNITE YOGA STUDIO: igniteyoga.jp

JURI EDWARDS: juriedwards.com/

INSTAGRAM: @jurikooo

◇お問い合わせ◇

株式会社 IGNITE 広報 PR

TEL : 03-6427-6939 E-mail : igniteyoga-pr@igniteworks.jp