

# MARINE & WALK

YOKOHAMA

2019年3月29日  
MARINE & WALK YOKOHAMA

報道関係者各位

潮風を感じながら海をバックに体を動かすヨガ&ランで春を迎えよう！

MARINE & WALK“初”のビールヨガ、日本初お披露目されたばかりのビール片手にリラックス

「MARINE YOGA 2019 Spring」 4月13日(土)14日(日)開催決定

「MARINE & RUN」 第6ターム初回4月開催分のエントリー開始



MARINE & WALK YOKOHAMA (所在地：神奈川県横浜市) は、春の爽やかな潮風と心地よい日差しを感じながらヨガを楽しめるイベント「MARINE YOGA」の第7回を2019年4月13日(土)、14日(日)に開催発表するとともに、開業当初より毎月開催しているランニングイベント「MARINE & RUN」第6タームの参加者エントリーを開始いたしました。

第7回となる「MARINE YOGA 2019 Spring」では、これまでに実施した各ヨガクラスに加え、MARINE & WALK YOKOHAMA初となる“ビールヨガ”を実施。ビール大国ドイツ発と言われている“ビールヨガ”は、ビールを片手にお酒を楽しみながらヨガでリラックスした時間を過ごすとともに、ビール瓶やビール缶を利用してバランス感覚も高めることが出来ると、近年海外各地で楽しまれている新しいヨガのスタイルです。今回は、アメリカのクラフトビールに拘り輸入している横浜の企業、株式会社ナガノトレーディング直営のボトルショップ&テイスティングルーム「アンテナアメリカ」にご協力いただき、3月末に日本に初お披露目されるロゼワインのようなビール「Rosalie (ロザリー)」を使用してビールヨガをお楽しみいただけます。また、“ビールヨガ”だけでなく、毎回恒例のお子様が一人で参加できる“キッズヨガ”や“ハタヨガ”、“ひもトレ×ヨガ”など様々なヨガを開催し、家族やカップル、お友達、もちろんお一人でも楽しめるヨガイベントを開催いたします。

海沿いのオープンモールであるMARINE & WALK YOKOHAMAでは、気軽にシーサイドヨガを楽しむのに最適な環境であるだけでなく、ヨガでリフレッシュした後にそのまま美味しい食事やショッピングを楽しめるのも魅力の一つです。今回、イベントに合わせて限定“POP UP”も開催。MARINE & WALK初出店となる、美味しくてカラダに優しいおやつをコンセプトとしている「snaq.me」のプロテインバー「CLR BAR」や、新登場となるハイクオリティジャーキー「JQ」をPOP UP限定発売いたします。さらに、「アンテナアメリカ」では全4種類のクラフトビールを揃え皆様をお待ちしています。また、美と健康にまつわる“BEAUTY WORKSHOP”では「ブーケワークショップ」や「イヤージュューティーセラピー (耳つぼ)」なども開催いたします。今年の春は、MARINE & WALK YOKOHAMAで心も身体もリフレッシュしましょう。



※製造原料は3つ以下で作られる「JQ」

また、今回第6ターム目となる「MARINE & RUN」では、ランニングに興味がある方ばかりでなく、あまり走ることが得意ではない方、「きれいな体を作りたい」と思っている方も満足できるよう、体を鍛える・絞る・美しい体を目指すためのプログラムを用意いたしました。お尻や背中などに効くパートトレーニングとランニングを組み合わせています。

# MARINE & WALK

YOKOHAMA

## 「MARINE YOGA 2019 Spring」概要

### ◇日時

2019年4月13日(土) & 14日(日)

各日 11:00~18:00

※雨天の際は、海の一望できる店内にて実施いたします。

### ◇会場

MARINE & WALK YOKOHAMA横 カップヌードルミュージアムパーク

### ◇ヨガクラス

参加費：1レッスン（75分） 2,000円（当日チケット：2500円）

キッズヨガ（60分） 1,000円（当日チケット：1500円）

ビールヨガ（60分） 2,000円（当日チケット：2500円）

ヨガマットレンタル 300円

### ◇申込方法・詳細

下記ホームページより、申込をしてください。素敵に参加特典もご用意しています。

<http://shonan-yoga.com>

### ◇主催

ビーチヨガ実行委員会

芥川舞子

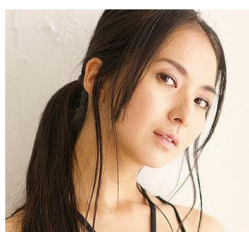
遠藤エリカ

堀井祐介

アンジェラ磨紀バーノン

笠井愛子

4.13  
SAT



11:00 やさしいハタヨガ



13:00 ひもトレ×ヨガ



13:00 キッズヨガ



15:00 アロハスピリット  
あふれるヨガ



16:30 ビールヨガ

アンジェラ磨紀バーノン

菅井悦子

MOTOMI



11:00 アロハスピリット  
あふれるヨガ



13:00 自分のバランス  
を探すヨガbyUBY



15:00 春のくつろぎヨガ

◇POP UP SHOP：2日間限定で、ライフスタイルをさらに楽しくさせるイチオシのPOP UP SHOPが登場！

「Snaq.me」



素材にこだわったプロテインバー  
と新登場のハイクオリティ  
ジャーキーをご用意！

「Antenna America」



アメリカのクラフトビールを  
全4種類取り揃え  
リラックスタイムを提供！

「Almond Breeze」



美味しく、ヘルシーで、牛乳と同  
じように飲めるアーモンドミルクの  
キッチンカーが登場！

「AZEDİNGLAM」



美と機能を追求した  
オリジナルヨガウェア  
などをご用意！



# MARINE & WALK

YOKOHAMA

## 「MARINE & RUN」概要



初心者からランニング経験者まで、専属コーチによる監修・指導のもと、「体型を整える&ラン」プログラムで、美しい体づくりとランニングを楽しむランニングイベントを毎月第2金曜日に開催いたします。

### ◇ 4月内容 (4/12) : ヒップアップトレーニングを取り入れたフォームを習得!

- ①正しいウォームアップ (体操、動きづくり)、ケガの少ない効率的なランニングフォームのレクチャー
- ②ゆっくりランニング (3 km) + ウィンドスプリント
- ③ヒップに効くプッシュ筋トレ+疲れを残さないアフターストレッチ

### ◇ 3つの特徴

- ①専属コーチが監修のプログラムで、体型を意識したトレーニングやランニングフォームまで、多彩なコーチングとアドバイスを実施します。
- ②「楽しく走る」をテーマに、パートトレーニングとランニングを組み合わせたプログラムです。
- ③きらめくみなとみらいの夜景を眺めながら走るランニングコースをご用意しています。

### ◇ 参加特典

MARINE & RUN当日に限り、参加者の方はランニングステーション「ザ・スペース」を特別価格 (通常価格 650円→550円) にてご使用いただけます。荷物・貴重品の預かりや着替え、ランニング後のシャワーにご利用いただけます。

### ◇ 参加費

2,000円

### ◇ 定員

各クラス30名 ※募集人数に達し次第締め切ります。

### ◇ 申込方法・詳細

下記ホームページより会員登録の上、申込をしてください。

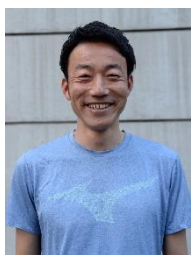
4月開催分は申込受付中、5月開催分は前月の開催当日21時より申込を開始し、最長前日12時まで受け付けます。

申込サイト <https://entry.sporoku.jp/event/mr>

MARINE & RUN ホームページ <http://www.marineandrun.jp>

### ◇ 主催

株式会社シンク



#### 【プログラム監修・メインコーチ】

大角 重人 (おおすみ しげと)

早稲田大学卒、プロランニングコーチ・フィジカルコーチ

2001年 箱根駅伝 第6区出場

2017年 ホノルルマラソン年代別1位

エリート選手や市民ランナー、都市型マラソン大会に出場する

著名人への個別を指導を実施、anan総研マラソン部コーチを担当 ※コーチは開催月により変更します。

※プログラム内容、コーチ、実施日は変更になる場合がございます。

# MARINE & WALK

YOKOHAMA

## 【MARINE & WALK YOKOHAMAについて】

### SHOPPING & RESTAURANT

セレクトアイテムやインポートブランドを扱う個性的なショップ、ベイフロントの景観を生かしたテラス席が自慢のレストランやカフェ、全フロア完全貸切型の結婚式場など、全25店舗からなるオープンモールです。横浜を象徴する赤レンガ倉庫に隣接する海と緑に囲まれた空間はまるで一つの街。街歩きを楽しむショッピングや、海を眺めながらの食事など、洗練された上質な時間とリラックスできる空間をお楽しみいただけます。



### ART SPOT !



#### <Angel Wings >

「天使の羽」の壁画で世界を  
ハッピーにするアートプロジェクト  
"Global Angel Wings Project"。



#### <WRDSMTH×Angel Wings>

日本初上陸のワードスミスの壁画

### DOG FRIENDLY !



犬連れのお客様も、リードをつけることでモール内の散歩が可能。犬の水飲み場やリードフックなども設置された、ドッグフレンドリーなオープンモールです。

### ■施設概要

- (1) 施設名称 : MARINE & WALK YOKOHAMA (マリン アンド ウォーク ヨコハマ)
- (2) 所在地 : 〒231-0001 神奈川県横浜市中区新港1丁目3番1号
- (3) 交通 : みなとみらい線「馬車道駅」6番出口より徒歩9分 / JR・市営地下鉄「桜木町駅」より徒歩15分
- (4) 駐車場 : 駐車場 89台 / 駐輪場 63台 / バイク置場 3台
- (5) 営業時間 : 物販 11:00~20:00 / 飲食 11:00~23:00 ※一部営業時間が異なります。  
駐車場入出庫可能時間 6:00~24:00
- (6) 運営会社 : 三菱商事都市開発株式会社 (所在地: 東京都千代田区)
- (7) 公式サイト: <http://www.marineandwalk.jp/>

