

報道関係者各位

2025 年 6 月 18 日  
株式会社ラスイート

## 神戸みなと温泉 蓮 ～6/21・22 の 2 日間限定～ 「国際ヨガデー」にヨガイベントを開催



神戸みなと温泉 蓮（総支配人：横山 秀樹、所在地：神戸市中央区）は、6 月 21 日の「国際ヨガデー」に合わせ、2025 年 6 月 21 日～22 日までの 2 日間限定で、ヨガイベント「国際ヨガデー for REN YOGA」を実施します。

「国際ヨガデー」は、国連が定めた国際的なヨガの記念日で、インドのモディ首相が、「ヨガは単なるエクササイズでなく、自分自身や世界、自然との調和や一体感を見つけるためのものである」と提唱し、177 ヶ国の賛同を得て採択されました。本イベントでは、定期開催している既存のヨガレ

ッスンに加え、一日限りの特別レッスンをご用意。岩盤ホットヨガの「ココロとカラダがほどけるヨガ」やマイインドフルな感覚を育むスタジオでの「マインドフルネスヨガ」など、個人のお好みやレベルに合わせてお選びいただけます。

### 国際ヨガデー for REN YOGA

|      |                                                                                                       |
|------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 期間   | 2025 年 6 月 21 日（土）～6 月 22 日（日）                                                                        |
| 場所   | 神戸みなと温泉 蓮                                                                                             |
| 内容   | 定期開催している既存のヨガレッスンに加え、一日限りの特別レッスンを開催します。                                                               |
| 特典   | 期間中にヨガのレッスンを受講された方に<br>① ミネラルウォーター1 本プレゼント<br>② 神戸みなと温泉「温泉の素」1 個プレゼント<br>※特別レッスン以外にも期間中に行う全てのヨガが対象です。 |
| ヨガ料金 | 1,500 円（税込 1,650 円）<br>※SUP ヨガのみ 2,700 円（税込 2,970 円）<br>※日帰り利用の場合、レッスンの受講には別途入館料が必要です。                |

ホイールヨガ

【日時】6 月 21 日（土）14:00～15:00

【場所】スタジオ

【講師】Miyoko

既存レッスンを、国際ヨガデーに合わせて追加開催。NY 発祥の“ホイールヨガ”では、円形状の道具を使って全身をほぐし、ストレッチを行います。新感覚のヨガとして愉しんでいただけます。

＜特別レッスン＞脂肪燃焼パワーヨガ

【日時】 6月21日（土）16:30～17:30

【場所】 岩盤浴・溶岩浴・ホットヨガスタジオ「八蓮花」

【講師】 Miyoko

免疫力UPや、身体の内側から美しくなることに興味がある方におすすめです。

＜特別レッスン＞ココロとカラダがほどけるヨガ

【日時】 6月21日（土）18:00～19:00

【場所】 岩盤浴・溶岩浴・ホットヨガスタジオ「八蓮花」

【講師】 Masami

ベーシックなヨガのポーズを中心に、呼吸に合わせてゆったり動きながら身体の凝りや詰まりを改善していきます。

＜特別レッスン＞テラスヨガ

【日時】 6月22日（日）7:30～8:30

【場所】 テラス

【講師】 Michiyo

青空の下でのヨガは、室内とは違った開放感が得られ、リラックス効果が上がります。開放的な場所での瞑想でイライラや不安の解消、集中力が増す効果も期待できます。※雨天時はスタジオで開催

＜特別レッスン＞マインドフルネスヨガ

【日時】 6月22日（日）10:30～11:30

【場所】 スタジオ

【講師】 株式会社 Take your marks／村上 麗奈

ヨガのポーズをとりながら「身体感覚」「呼吸の変化」「心の様子」に気づき、マインドフルな感覚を育んでいきます。

アクアウォーキングヨガ

【日時】 6月22日（日）16:30～17:30

【場所】 オーシャンズスパ／屋内温水プール

【講師】 Fumi

既存レッスンを、国際ヨガデーに合わせて追加開催。身体の硬い方や運動が苦手な方におすすめです。

セルフケアヨガ

【日時】 6月22日（日）18:00～19:00

【場所】 岩盤浴・溶岩浴・ホットヨガスタジオ「八蓮花」

【講師】 Fumi

既存レッスンを、国際ヨガデーに合わせて追加開催。筋肉をほぐし、身体の内側を鍛えて心身のバランスを整えます。

【関連 URL】 <https://ren-onsen.jp/event/yogaday2025/>

【お客様のお問い合わせ先】 神戸みなと温泉 蓮 TEL：078-381-7000（代表）

《本件に関するお問い合わせ》 株式会社ラスイート 企画広報部 呉 裕美（OH Yumi）  
TEL：078-381-9384 FAX：078-381-7426 E-mail：press.release@l-s.jp