

2023年10月10日
コニカミノルタプラネタリア TOKYO

限定スペシャルイベント！星空の下でハロウィーン・ウェルネス・パーティ！
「AWAKEME HALLOWEEN SPECIAL! ～満月のワークアウト&サウンドバス～」
10月29日(日)に開催決定！

コニカミノルタプラネタリア TOKYO では、2023年10月29日(日) 満月の日のデイトタイムに、ヨガとサウンドバスのウェルネスイベント『AWAKEME HALLOWEEN SPECIAL! ～満月のワークアウト&サウンドバス～』を開催します。

ヨガ、瞑想、音楽&ダンスで心と身体を整え解放するウェルネスイベント「AWAKEME」と共催する本イベント。プラネタリアムドームに映し出された満天の星が作り出す非日常的な空間で、ハロウィーン・ウェルネス・パーティをお楽しみください。



星空の下でハロウィーン・ウェルネス・パーティ！

10月29日(日) 満月の日に開催する『AWAKEME HALLOWEEN SPECIAL! ～満月のワークアウト&サウンドバス～』は、AWAKEME初となるハロウィーン・ウェルネス・パーティ。この日は仮装での参加もちろんOK! ハロウィーンの気分を味わいながら、フィットネスの「動」と瞑想の「静」が作り出すエネルギーを身体の内側で感じてみてください。

※顔を覆う仮装はお控えください。

----- ☆報道関係お問い合わせ先☆ -----

共同ピーアール株式会社 PR アカウント本部9部 内山、高橋
Tel : 03-6260-4861 / Fax : 03-6260-6653 / Mail : konicaminolta-pr@kyodo-pr.co.jp

AWAKEME HALLOWEEN SPECIAL!

～満月のワークアウト&サウンドバス～

10月29日(日)のAWAKEMEでは、アメリカ発、ドラムスティックを使ったグループエクササイズ「POUND Unplugged」をフィーチャー。精神的健康の為に作られた最新プログラムで、20分間は高強度のエクササイズと回復運動、10分間はリズムカルな呼吸法や瞑想を行います。日本で活動するSUSHI JPNの2人のリードで行います。星空に響き渡る音楽をバックに、ROCK + RESET。

POUNDのあとは、新たな瞑想スタイルとして注目されているゴングメディテーション、Mana Ogawaさんによる銅鑼を使った瞑想を。ゴングの音に身を委ね、深い瞑想状態へ。

サウンドバスとは

心と身体を癒すために穏やかでありながら強力な治療的および修復的プロセスを誘うために、クリスタルボウルをはじめとした様々な倍音を持つ音を使用する、深い没入型の全身リスニング体験です。

宇宙の輝きを詰め込んだドリンクがセットに

本イベントは、AWAKEME 限定ドリンク「スターリーボトル デトックスウォーター」がセットになっています。宇宙で出会った鮮やかな惑星たちを詰め込んだスターリーボトルで、手の中に広がる小さな宇宙を楽しんで。プラネタリア TOKYO 内にあるカフェ「Cafe Planetaria」の特別メニューで素敵な夜を。

*ドリンクは体験場所(DOME1)へもお持ち込みいただけます。



AWAKEME HALLOWEEN SPECIAL! ～満月のワークアウト&サウンドバス～

- ◆日程：2023年10月29日(日)
- ◆時間：開場 10:30 / 開演 11:00 / 終了 12:30 (予定)
- ◆料金：6,000円 (1ドリンク付き)
- ◆出演者：SUSHI JPN、MANA OGAWA
- ◆開催場所：コニカミノルタプラネタリア TOKYO (有楽町) DOME1
https://planetarium.konicaminolta.jp/planetariatokyo/access/?rl=20230831_ptok_awakeme
- ◆お問い合わせ：info@russellme.com
- ◆チケット販売 URL：<https://awakeme1029.peatix.com>

《備考》

- ・ヨガマットの持参は不要です。
- ・お着替えの場所がございませんので、あらかじめウェアや動きやすい服装でご来場ください。終演後にお着替えをご希望の方は、本公演に限りお手洗いをご利用頂けます。
- ・イベント開催時の様子を撮影致します(動画・静止画)。SNSやHPなどに掲載させていただくことを予めご了承ください。
- ・顔を覆う仮装はお控えください。

《キャンセルについて》

10/24(火)23:59までにお申し出があった場合はキャンセル手続きを承ります。それ以降のキャンセルにつきましてはお受け出来かねますので、何卒ご理解いただきますようお願い申し上げます。

★出演者

■SUSHI JPN

POUND® 公式インストラクター！2022年SUSHI JPNを設立し、日本にPOUNDムーブメントを起こすために活動中！東京・神奈川を拠点に、全国各地でレッスン開催。(沖縄・徳島・大阪・京都・山梨)ウェルビーイングの考えを土台に、Vegan・Organic・CBDなどの企業と一緒にレッスンを提供し、健康の価値を伝えている。ARISA From SUSHI JPNは、日本を代表とするマスタートレーナーとして活躍し、日本初の養成講座を開催。

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



■Mana Ogawa

国内外で約12年ほど人材関連業界での経験を経て、よりホリスティックに人と組織の可能性の支援をしたいという想いから株式会社Mana&Co.を設立、代表取締役役に就任。ビジネスパーソン、アーティスト、日本初のゴングメディテーション®を提供するパイオニアとして活動し、受け手に深い安心感を与えるメディテーションガイドが好評。上場企業や有名外資系企業を含め、各業界で活躍する経営者やビジネスリーダーなどをクライアントに多くを持つ。

Instagram : <https://www.instagram.com/mana.meets.world/>



《祝5周年》

★コニカミノルタプラネタリアTOKYO(有楽町)

2018年にオープンしたプラネタリアTOKYOは、2023年12月19日に5周年を迎えます。

- 名称 コニカミノルタプラネタリアTOKYO
- 所在地 東京都千代田区有楽町二丁目5-1 有楽町マリオン9階
- 営業日 定休日なし(作品入替期間は休館)
- 営業時間 10:30~21:30

※詳細は公式ウェブサイトでご確認ください。

<https://planetarium.konicaminolta.jp/planetariatokyo/>



★AWAKEME

2022年1月にスタートしたヨガ、瞑想、音楽&ダンスで心と身体を整え解放する ウェルネス・パーティ。これまで、O-EAST SHIBUYA、CE LA VI TOKYO、TRUNK(HOTEL)、W OSAKAなどで開催。イベントを通して、固定観念や思い込みを手放して、ありのままの自分を受け入れることの大切さをメッセージとして発信してきました。メンタルヘルス(心の健康状態)の重要性がより一層高まっている今、AWAKEMEではヨガ、そして、心と脳の筋トレと呼ばれるマインドフルネス瞑想を誰もが楽しく実践できる場を広げる活動を行なっています。

https://www.instagram.com/awakeme_mindfulness/

