



チバソムのオンライン・プログラム 好評につき拡充 3回&7回セッション「ピラティス&ヨガ・シリーズ」



2021年4月

タイ王国ホアヒンに位置する**チバソム・インターナショナル・ヘルスリゾート**は、25年前の創業以来、ウェルネスのパイオニアとして世界を牽引しています。特に、目的別リトリートは、ライフスタイルに変化をもたらすプログラムとして、世界的に高く評価されています。オンラインによるウェルネスサービスにも注力しているチバソムは、昨秋スタートした「インテンシブ・ピラティス・シリーズ」に、新たに、短期間のプログラムやヨガのプログラムを加え、オンライン・シリーズのラインアップを拡充しました。プログラムは何れも、各専門領域においてトレーニングを重ね、幅広い資格と豊富な経験を有する、世界に名高いチバソムの専門家たちが講師を務めます。

同オンライン・シリーズは、新型コロナウイルス感染症パンデミックのために、リゾートにお越しいただけない世界中の顧客に対し、健康へのモチベーションを高めるプログラムとして考案されています。「オンライン・インテンシブ・ウェルネス・シリーズ」の第一弾としてスタートしたインテンシブ・ピラティス・シリーズは、大好評となり、3つのプログラムを加え、3回&7回セッションの「**ピラティス&ヨガ・シリーズ**」として再編成されました。

各プログラムは、インタラクティブな1対1のプライベート・セッションを通じて、参加者の知識と能力を段階的に高め、健康とウェルビーイングを増進するために、最大限の結果を得られるようデザインされています。Zoomのビデオ通話を介して簡単にアクセスすることができ、自宅にいながら、フィットネスの目標を達成するために取り組むことができます。

チバソムの専門家たちと双方向コミュニケーションを取りながらトレーニングができるオンライン・セッションは、リゾートに滞在経験があるゲストはもちろん、滞在未経験の新規ゲストからの需要も高まっています。全てのプログラムは、バーチャルなヘルス&ウェルネス・コンサルテーションから始まり、健康状態や目標について話し合い、パーソナライズされた内容が提供されます。



オンライン・ピラティス&ヨガ・シリーズの概要：

PILATES ON MAT – THREE SESSIONS (PRICED THB 4,500)

ピラティス・オン・マットセッション数 3 回 (4,500 バーツ)

チバソムの 3 日間「ピラティス・オン・マット」は、体幹の強化、脊椎の可動性、姿勢の改善、頭部・首・肩のアライメント、身体意識の向上、身体機能と総合的なウェルビーイングの増進に取り組めます。

INTENSIVE PILATES SERIES – SEVEN SESSIONS (PRICED THB 9,500)

インテンシブ・ピラティス・シリーズセッション数 7 回 (9,500 バーツ)

「インテンシブ・ピラティス・シリーズ」は、ベテランのピラティス愛好家だけでなく、初心者の方にも最適です。6 週間の中に 7 回のセッションを行い、参加者に合わせた内容で、身体の強さ、柔軟性、可動性を徐々に改善していきます。初めに、ヘルス&ウェルネス・アドバイザーとのコンサルテーションで、ウェルネスに関する目標について話し合った後、フィットネス・インストラクターが、身体能力を評価し、プログラム内容を組み立てます。各セッションは、テクニックやコツをアドバイスすると同時に、参加者の質問に応えながら進めていきます。2 回目以降のセッションの内容は、前回の内容を踏まえて提案し、基礎力、自信、健康効果を高められるようサポートします。

YOGA – THREE SESSIONS (PRICED THB 4,500)

ヨガセッション数 3 回 (4,500 バーツ)

3 日間のヨガ集中プログラムは、ヨガを習慣化されたい方や、ヨガの習慣を維持されたい方に最適です。高い専門性と経験を有するヨガインストラクターが、3 回のセッションを通じて、バイタリティーの回復とインナーピースの実現へと続く、パーソナルな旅にお連れします。

INTENSIVE YOGA SERIES – SEVEN SESSIONS (PRICED THB 9,500)

インテンシブ・ヨガ・シリーズセッション数 7 回 (9,500 バーツ)

7 日間の「インテンシブ・ヨガ・シリーズ」は、穏やかかつパワフルなヨガの一連の動きとポーズにより、心と体をリラックスさせ、強化したい方のためにデザインされています。ヨガの基本からスタートし、能力とレベルに合わせて、より高度なシークエンスに挑戦していきます。パーソナライズされた指導は当プログラムの要であり、参加者のモチベーションを高め、生涯にわたる健康とウェルビーイングへの旅へとお連れします。



各オンライン・プログラムは、健康的なライフスタイルに向けた有意義な旅へと案内し、実演し、サポートすることを目的としており、参加者は、心身を充電し、活性化していただけるでしょう。お一人おひとりに合わせた、プライベートなオンライン・プログラムは、世界的に有名なチバソムの専門家から、生涯にわたる健康とウェルネスに関するアドバイスを求める顧客の間に、大好評のサービスです。

ご予約・お問い合わせは、チバソム・ヘルス & ウェルネス・レセプションチーム (Email: h-wreception@chivasom.com、Phone: +66 (0) 3253 6791) までご連絡ください。

ABOUT CHIVA-SOM

25年前の創業以来、ウェルネスのパイオニアとして世界に名を馳せるチバソムは、革新的な取り組みで世界的に高く評価されています。チバソムが誇るマインド、ボディ、スピリットの調和をもたらすイノベティブでホリスティックなアプローチは、タイ王国ホアヒンに位置するフラッグシップリゾートのほか、チバソムファミリーの最新プロパティ、カタールのカソーマにオープン予定の「ズラル・ウェルネスリゾート」でもお楽しみいただけます。

ゲスト一人ひとりに合わせた最適なウェルネス体験は、チバソムの神髄です。チバソムはゲストのパートナーとなり、地域に根付く伝統とエビデンスベースのウェルネス療法のユニークなシナジーを活用し、ライフスタイルの変革のためにパーソナライズされたウェルネスの旅を共に歩みます。新しいズラル・ウェルネスリゾートでは、ファミリー向けのプログラムも提供します。

ゲストは、チバソムならではの心からのおもてなしでモチベーションを上げ、高い専門性とホスピタリティを備えたスタッフのサポートを受けながら、ウェルネスに関する目標の達成に取り組みます。チバソムのウェルネスに対する真摯な取り組みは、同ブランドが行う全ての活動の核心であり、教育の機会や地球規模の持続可能性に関するイニシアティブなど、より広範囲なコミュニティにまで拡大しています。

バンコクの南185キロ、ホアヒンのビーチフロント・ロケーションに立つチバソム・インターナショナル・ヘルスリゾートは、首都バンコクから車で3時間、プライベートジェットで25分、チャーターヘリで40分の距離に位置します。

チバソムの詳細は www.chivasom.com をご覧ください。

ご予約・お問い合わせ：

チバソム・コンシューマーサービス 03-3403-5355 / c_service@kentosnetwork.co.jp