



SIX SENSES

VANA

シックスセンス初のウェルネスリトリート特化型リゾート シックスセンス ヴァーナが誕生

2023年2月

創業以来多くのゲストから愛され、高く評価されているヴァーナが、2023年1月よりシックスセンスのコレクションに加わりました。インド北部に位置するシックスセンス ヴァーナは、古代から伝わる知恵と現代の革新性を組み合わせ、一人ひとりに合わせたウェルネスの旅へゲストをお連れすることを信念としています。

ヴァーナは、ヒンディー語で森を意味し、周辺に生い茂るサラノキの森にちなんで名付けられました。21エーカーの広大な森は、ウェルネスの旅において発見と発展を促す大切な環境を提供しており、リゾートはその保護と育成にも取り組んでいます。ゲストは、充実したデイリーアクティビティと個別のサポートを通じて、アーユルヴェーダ（インドの伝統医学）、ヨガ、チベット医学、自然療法を幅広くご体験いただけます。シックスセンス ヴァーナのリトリート（心身を整えるプログラム）は、アーユルヴェーダ料理専門のレストランを含む栄養豊富な食事から、鍼、リフレクソロジー、ナチュラルアライメント（歪み矯正）を含む各種療法、スタッフによる心のこもったサービスまで、全ての要素が揃っています。さらに、ゲストの心身の状態と滞在目的に基づき、最善の結果をもたらすよう各要素を融合する手法は大変ユニークであり、他のリゾートと一線を画します。

総支配人のジャスプリート・シンは、次の通りコメントしています。「リゾートに到着された後、額に祝福を表すビンディと呼ばれる赤い印を施し、ゆったりとしたクルタパジャマに袖を通された瞬間から、お守りとして赤い糸を手首に結びリゾートを出発される瞬間まで、誰もがありのままの自分であることができ、穏やかな環境の中で互いに絆を深め、自然とのつながりを取り戻していただけます。定期的にリトリートに取り組む経験豊富なゲストを含め、全てのゲストは異なり、心身の状態も変化します。そのため、シックスセンス ヴァーナでは、個々のゲストに合わせた方法で健康とウェルネスにアプローチします。」

リトリートの目的と含まれる内容

リトリートには、全てのゲストに当てはまる共通の目的や目標は設定されておらず、滞在日数、達成されたいレベルや希望されるサポートに合わせて設定されます。全ての滞在には、ウェルネスコンサルティングとスクリーニング、各々の目標に沿ったトリートメント、3食の食事、パーソナライズされた栄養、毎日のリトリートアクティビティが含まれるほか、着心地の良い服も用意されます。

滞在をより充実させるオプションメニュー

ゲストは、デイリーアクティビティに加え、アーユルヴェーダに基づくサトルエナジーズのトリートメント、鍼、リフレクソロジー、アライメント、贅沢なマニキュア・ペディキュアサービスなどをオプションとして追加することができます。充実した滞在をお楽しみいただけます。

特定のウェルネス分野に集中して取り組むリトリート

プログラム内容を集中的に取り組みたいウェルネス分野に基づいて選ぶこともでき、各分野の専門家が診断やガイダンスを提供します。

- **Sleep（睡眠）**：睡眠パターンを追跡し、ヨガニドラ、ホリスティックマッサージ、安眠を促進するドリッグなどのトリートメントやセラピーを通じて、睡眠に関する悩みの解消をサポートします。
- **Detox（デトックス）**：デトックス用の食事プラン、アーユルヴェーダトリートメント、自律神経の「闘争逃走反応」を鎮めるセラピー、デジタルデトックスを行い、エネルギーレベルをリセットすることにより、リフレッシュしていただけます。
- **Weight management（体重管理）**：エクササイズ、体を活性化させるトリートメント、瞑想、バイオハッキング、パーソナライズされた食事プランを通じて、無理のない減量または増量を達成できるような習慣や思考パターンをリセットします。
- **Yoga（ヨガ）**：初級者から上級者までレベルを問わず、本場インドのヨガに取り組むことができます。リゾート独自のヨガ講師チームが、プライベートレッスンから、ガイド付き瞑想、シグネチャーマッサージとエネルギー療法付きのブレスワーク（呼吸法）まで、幅広いセッションを提供します。
- **Ayurveda（アーユルヴェーダ）**：アーユルヴェーダ医とセラピストによるトリートメントが、生命エネルギー（ドーシャ）のバランスを整えます。
- **Tibetan Medicine（チベット医学）**：シックスセンス ヴァーナは、正式に「Sowa Rigpa（ソワリグパ、チベット医学）」を総合的に提供する世界でも希少な場所です。

人間的な温もりを大切にしながらハイテク技術も取り入れたシックスセンス ヴァーナのリトリートは、背中の痛みや炎症といった一般的な健康に関する悩みや症状にも対応します。ゲストは、リゾートに到着後、加圧療法、背中を温める温熱ベルト、パーカッションマッサージ機で、長旅の疲れを癒していただだけ、治療プロセスの良いスタートになるでしょう。スクリーニング検査では、40項目のバイオマーカーを測定し、医師の診察と合わせて、古代から伝わる健康に関する知恵に科学的な視点を加えます。このほか、温かいワットプールでのフロテーション（水に浮かびながら行う瞑想）や、フルーツの静かで催眠的な音色がポジティブな感情を呼び起こすラーガセラピーといった多感覚に働きかけるトリートメントもお楽しみいただけます。

シックスセンスのシグネチャー体験

ヨガ発祥の地として知られるリシケシに近く、ヒマラヤ山脈への玄関口であるデラドゥーンの北に位置するヴァーナは、2014年1月の創業以来、再調和、癒し、学びのための聖地として常連のゲストの方々から親しまれてきました。シックスセンスに加わった後も、その理念のほとんどが継承され、チームも変わらず、創業者のヴィール・シン・ジが引き続きリゾートオーナーです。シックスセンスの一員となったことにより、シン・ジの持続可能な農業、伝統的な知恵、自然に対する深い関心と敬意がさらに発展していきます。

シックスセンス ヴァーナとして進化したことにより、世界中で成功を収めるシックスセンスならではの体験がヴァーナのリトリートと補完しあい、これまでのサービスが拡充され、より広いゲストのニーズに応えることが出来るようになりました。例えば、上記のプログラムに加え、シックスセンス独自の施設「アルケミーバー」にて、ゲストのドーシャタイプに合わせてスパで使用する製品を手作りしていただけます。2023年後半には、「Grow With Six Senses（自然の中で学ぶ情操教育プログラムを提供するキッズクラブ）」として、6歳以上の子供向けのアクティビティーもスタート予定です。アート、音楽、ムーブメント、ストーリーテリング、新設のインタラクティブ空間を活用し、子供たちの学びと成長をサポートします。子供たちは、自然環境と触れ合いながら自然の大切さを学ぶことができます。

ヘルシーなジュース、シュラブ（ビネガーを使用したドリンク）、トニック類を提供するバーは、ゲストが集う社交の場としての役割を担います。ライフスタイルショップでは、サステナブルなファッションやスパ製品をお買い求めいただけます。また、野外シネマ、各種球技を楽しめるコートを完備するほか、アート、音楽、エキジビション、パフォーマンスといった文化的なプログラムが、リトリートを豊かに彩ります。

新しい年の幕開け

シックスセンス ヴァーナは、新しい年を迎え、希望と期待を胸に、これまでと変わらない心からのおもてなしでゲストの皆さまをお迎えできることを楽しみにしています。お一人でも、友人や家族、大切な人と一緒でも、“共同ダイニング”をテーマとするレストラン「サラナ」での食体験や、ハイキングやエクササイズといったグループで行うデイリーアクティビティーを通じて、まったく新しいカタチの“共同体”としての有意義なつながりを楽しんでいただけるでしょう。



ヨガや瞑想のための専用スペースの一つ「ヨガサラ」でのモーニングヨガ
[高解像度の画像はこちら](#)



ウェルカムリチュアルや伝統儀式「プージャ」を行うリトリートの中枢部「キラ」
[高解像度の画像はこちら](#)

About Six Senses Vana

インド北部のサラノキの森の中にひっそりと佇むシックスセンス ヴァーナは、シックスセンス初となるウェルネスリトリート特化型リゾートです。ヒマラヤ山脈への玄関口であるデラドゥーン郊外に位置する当リゾートは、心身を癒し整える場所として理想的です。ゲストは、充実したデイリーアクティビティーと個別のサポートを通じて、アーユルヴェーダ、ヨガ、チベット医学、自然療法を幅広くご体験いただけます。

シックスセンス ヴァーナのリトリートは、栄養豊富な食事から、五感全てに働きかける体験、スタッフによる心のこもったサービスまで、全ての要素が揃っています。ゲストの心身の状態と滞在目的に基づき、最善の結果をもたらすよう各要素を融合する方法は、大変ユニークであり、他のリゾートと一線を画します。

About Six Senses

現在 17 ヶ国、20 軒のリゾートとホテルを運営しています。このほか、34 軒の開発プロジェクトも進行中です。IHG Hotels & Resorts ファミリーの一員であるシックスセンスは、地域コミュニティとの共生、サステナビリティ、エモーショナル・ホスピタリティ、ウェルネス、独創性にあふれた特別な体験に対する徹底したコミットメントで、世界をリードしています。極上の離島リゾート、山岳リトリート、アーバンホテルなど、いずれのプロパティにおいても、旅の真の目的を感じる事が出来き、ゲスト自身や周囲の人々、ゲストを取り巻く世界とのつながりを深めることができるよう、感覚を呼び覚ますことをビジョンとしています。

Six Senses Residences: オーナーの個性が反映された快適なプライベートヴィラやアパートメントで、シックスセンスならではのリゾートライフをお楽しみいただけます。世界中のリゾートでの特別なステータスを含む多彩な特典が付いたレジデンスは、何世代にもわたり価値が高まっていく長期的な投資です。

Six Senses Spas: 全てのシックスセンスのリゾートとホテルに併設されているほか、独立型のスパも展開しています。感性と感覚を大切にしたローテクな要素と、ハイテクな技術の両方を兼ね備え、ホリスティックウェルネス、統合医療、健康長寿のためのメニューを幅広く提供しています。

(2022年9月末現在)

リゾートの予約：0120-677-651 (IHG 内)

問い合わせ：japan@sixsenses.com (日本語対応)

メディア関連の問い合わせ：ケントス・ネットワーク 03-3403-5328 / info@kentosnetwork.co.jp