

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、初のオンライン開催へ

YOGAFEST ONLINE 2020

トライアルクラスから未来のトップティーチャーに

ヨガプレスでは9月の増刊号からヨガワークス協賛の「トライアルクラス」を特集してきましたが、今回が最終回。ラストはトライアルクラスを笑顔で盛り上げて下さった10名の未来のトップティーチャー特集です！
様々なスタイル、様々な地域で活動されていますので、気になる先生をチェックしてぜひ応援してくださいね！



神澤夏子先生

After the trial class

改めて自分のような人生を送り、その中でヨガはどんなものなのか。なぜヨガを趣味ではなく伝えたいと思ったのか。誰に対して、何を伝えたいのか。その為にどんなレッスンをしたら良いのか...と考えて、言葉にして、レッスンという形にしていきました。本番を終えて、この経験がこれからの目標を明確にしてくれたように感じています。あまり特徴がないのではないかと感じていた自分のレッスンに特徴があることや、自分の良さを教えて頂いたようにも感じています。これからヨガワークスさんをはじめ、お世話になった皆様にも少しでもお返しができるよう精進していけたらと思っています。



To the next step

ヨガを通して生活の質を上げるお手伝いをしていきたい。企業や学校などでもヨガやマインドフルネスなどが取り入れられるように、より多くの方に伝えていきたい。

To take the teacher's class

ヨガを誰にでも分かりやすく伝えることを大切に。スタイルにこだわらず体感しやすく、自身も体感できたことを伝えるクラスを展開。

ヤナギシマラボ(神奈川県茅ヶ崎市)

<http://yanagishima.info/>



Sayuka先生

After the trial class

当日はヨガフェスタに出たいと思っていた夢が叶うのだと改めて実感し、ワクワクドキドキしていました。今回のタイトルである「自分のための時間」を私も自分のために使いながら心地よく動き、みなさんに伝えていけたのではないかと感じています。トライアルクラス後「ぜひうちでレッスンを持ってくれないか？」というお声掛けも頂き、次に進むステップとして挑戦しようと思います。これからもヨガを知ってもらうため、挑戦することを忘れずやっています。ヨガフェスタやヨガワークスのみなさまには今回このような場所と機会を与えてくださり、とても感謝しています。新しい繋がりが生まれ、改めてヨガの素晴らしさを感じております。ヨガがとても素敵なのでございます！



To the next step

SUPヨガやエアリアルヨガ、マタニティヨガなど様々な種類のヨガを学びチャレンジしていきたい。

To take the teacher's class

フィットネスクラブ エイムブルーゲート(神奈川県横浜市)

体温のあるオンラインスタジオ Color"fire

<https://www.fitness-aim.com/bluegate/>

<https://www.colorfire.com/>



Momi先生

After the trial class

トライアルクラスを経て、誰かを思いながら考え、表現する事が本当に好きなんだと気がきました。画面越しのハイタッチも、たった20分間のクラスなのに繋がりを感じられて、感謝の気持ちで涙ぐんでしまいました。これからも、どんな形でも伝えることを諦めたくないと思いました。こんな素敵な機会を与えてくださったヨガワークスの皆さんには感謝しきれません。この期間応援し合えたトライアルクラスの先生方とも、ずっと切磋琢磨し合える関係でいられたらと思います。皆さんに恩返しができるように、ここが始まりだと思って、気持ちを新たに頑張りたいと思います！



To the next step

ヨガを通して心身をゆるめ、何気ない毎日を心地よく生きていく、そんなお手伝いをしていきたい。

To take the teacher's class

@yogalife 府中(東京都府中市)

アロマを使用したリラックス系のヨガをメインに担当。

<https://yogalife.style/fuchu/>



入江栞先生

After the trial class

画面越しに自分の誘導で動いてくださる皆様が見えた時、緊張よりも楽しい気持ちいい！嬉しい！もっと私の知っている知識を伝えたい、という気持ちでいっぱいになりました。どんなインストラクターになり、どんなレッスンを作りたいのか明確になり、前に進むためにやるべきことが沢山あるという状況にワクワクしています。自分の手で人に幸せを届けられるチャンスがある、自分の頑張りが次でいくらかでも自分も変わるそんな環境が心地よく、そこに自分が大好きだと思えるようになりました。短期間で心に変化が生まれるような環境を提供して下さったヨガワークスの皆さんに心から感謝をしています。これからもっと人を笑顔にできるインストラクターになっていきます。



To the next step

9月に開いたオンラインサロンの活性化。ボディメイクの面からだけでなく、精神面からも女性をサポートできるように活動の幅を広げていきたい。

To take the teacher's class

ボディメイクヨガを中心にレッスン。腸腰リリスも取り入れ、女性らしい身体造りのサポートをしています。

mahalo yoga(オンライン)

<https://shiori0525.wixsite.com/mysite/>



長谷川万純先生

After the trial class

トライアルクラスを通して「人と人のつながりの大切さ」を学びました。そして、自分自身とたくさん向き合いました。自分は世の中にどのように貢献できるのか、何を伝えていきたいのか...出た答えは「自己肯定感を高めてみんなポジティブでハッピーになってほしい、個性溢れる世の中になってほしい、救える命を増やしたい」ということでした。今回学ばせていただいた多くのことを活かし、周りの方への感謝の気持ちを常に持ちながら、今後はさらに活動の場を広げ、新しいことに挑戦していきたいと思っています。最後に、今回はこのような素晴らしい機会を与えてくださり本当に本当にありがとうございました。



To the next step

ポジティブでハッピー、エコフレンドリー、アニマルフレンドリーな世の中になるように貢献していきたい。

To take the teacher's class

SOELU(オンライン)

顔ヨガ、ハタヨガの指導。顔ヨガは、顔に約60個あると言われる表情筋を鍛え、ストレッチをする顔のヨガ。

<https://soelu.com/>



櫻井恵梨先生

After the trial class

あれだけの人数の方に対してレッスンをするのは初めてだったので、とても貴重な経験になりましたし、自信にも変わりました。ヨガワークスの皆様をはじめ、受けてくださったお客様から頂いた嬉しいお言葉、トライアルクラスの他メンバーの活躍、現場でお会いする著名なインストラクターの方々の姿を見て、さらにパワーアップしたいと強く思いました。本番を終え自分の長所や課題点、どちらの発見もありました。今のこの気持ちを行動に変えて、また新たなスタートだと思って頑張ります。今回の経験を生かしてさらに成長して、また自分の力でヨガフェスタという舞台に立てるように頑張ります。本当にありがとうございました！



To the next step

対面レッスンはもちろん、オンラインにも注力していきたい。47都道府県で出張レッスンを行い、全国に「笑顔」を広げていくことが今後の夢。

To take the teacher's class

カルド新潟万代(新潟県新潟市)

HOT40YOGA(新潟上近江店、新潟黒埼店)

<https://www.hotyoga-caldo.com/niigata/>



花元美慧先生

After the trial class

トライアルクラスに参加したことは、確実に、ここからまた前進していく私に自信をもたらしてくれました。まだまだ駆け出しで、今後どうなるか全く想像が付きませんが「ヨガを伝えていきたい」という気持ちは強くなりました。そして、私は私でいいんだ、という自分を信じる気持ちも増えました。私が参加することができたのは、これまで関わってきた全ての人、いつもそばで支えてくれたパートナー、そしてヨガワークスの皆さんのおかげです。皆さんに心から感謝し、これからの活動にこの経験を生かしていき、もっともっと成長していきたいと思えます。ありがとうございました。



To the next step

既存の生徒さんを大切にしながら、ヨーガの素晴らしさをより多くの人に伝えたい。そのためには、自身の学びと実践を深めていく。

To take the teacher's class

Motties Yoga(神奈川県藤沢市・オンライン)

Namah Shivaya Yoga(現在はオンラインがメイン、インド、アメリカ、日本)

<https://mottiesyoga6.wixsite.com/yoga/>

<https://www.nsyoga.net/>



密山礼巳先生

After the trial class

憧れの、夢の大舞台だったので始めは「失敗しちゃいけない」と自分のための準備になっていました。しかし、ヨガワークスの皆さんに叱咤激励いただいたり、同期のみんなと励まされたり、友達と練習したり、応援メッセージをもらったり、人と関わり始めたのがきっかけで、ヨガは自分のためだけにするものではないと、改めて実感しました。当日は、本当に楽しく！みなさんと夢中になってヨガを共有することができました。みなさんがいるからこそ、ヨガレッスンを届けられる。「常に全力を尽くし、日常に彩りを与えるヨガの言葉を届けることが自分の使命だと感じました。これからも一生、目の前の人のために、笑顔を届けるためにレッスンを続けたいです。



To the next step

ヨガ哲学やアーユルヴェーダの知識を生かし、忙しい女性が自分と向き合い、生涯心地よく生きるための秘訣を提供したい。

To take the teacher's class

レミヨガ オンライン

YESTOKYO(東京都目黒区)

<https://msh.jp/remiyoga/home/>

<https://yes-tokyo.jp/studio/>



河本真由子先生

After the trial class

3年前、ティーチャーストレーニング最後の宿題だった「自分の夢の宝地図を作る事」。そこには「2020年のオリンピックイヤーにヨガインストラクターとして大きな舞台で大勢の前でインストラクションしたい」と書いてありました。夢って叶うんだなあ...と少しも実感しました。当日は、外から与えられた正解に判断を任せず、まず自分自身を感じる大切さ、感性を開く大切さを伝えたい！その為に前に立つ私が固定観念に囚われず感性を最大限に開いていこう！そんな流れであんな感じになりました(笑)関わった全ての人の感性が動くような、そんなクラスになっていたら最高です。一生忘れない最高の幸せな時間を下さって本当にありがとうございます。



To the next step

年末の引越しを機に、ヨガサロンをオープンすることに！森のイスキアのような場所を創るのが夢。

To take the teacher's class

Drops of YOGA(東京都町田市)

伝統的ハタヨガをベースに、外側の体だけでなく内側の感性を動かしていくヨガを提供。

<https://www.dropsofyoga.tokyo/>



渡邊翔太先生

After the trial class

とにかく感謝の気持ちしかないです。自分はまだヨガを始めて2年足らずで本当に運が良いと思いました。だからこの素晴らしい機会に、感謝の気持ちを込めて、自分に伝えられる事と、感謝の気持ちを伝えたいと思いました。緊張しているけど、今の自分に伝えられる事を一杯伝えたいと思っています。2019年6月5日から始めた、無料での出張ヨガレッスン「1万人ヨガチャレンジ」を今後も精力的に続けて、大好きなヨガを広め世界中に笑顔をお届けしていきたいです。



To the next step

世界中の1歳から100歳の悩みやニーズに対応したクラスを提供するヨガの先生になる事が目標。ヨガを通して世界中の人に笑顔届けたい、生まれた日本をヨガ大国にしたい、そして日本と世界を繋ぐ架け橋になりたい。

To take the teacher's class

TIKI YOGA studio(福岡県福岡市)

ヨガを誰にでも分かりやすく伝えることを大切に。スタイルにこだわらず体感しやすく、自身も体感できたことを伝えるクラスを展開。

<https://tikiyogastudio.com/>



3日間で合計約3,000名と
本当に多くの方にご参加いただいたトライアルクラス。
先生方、そして皆さまの「きっかけ」に
なれていたら嬉しく思います。
10名の素敵な先生方、このトライアルクラスをステップに
益々のご活躍をお祈りいたします☆
ヨガワークスも全力でバックアップします！
ヨガワークスは今後もヨガを業とする
インストラクターの皆様を応援します！

INFORMATION

プロップスを安価にレンタルして
ワークショップの質を上げよう!

イベントの開催制限も緩和され、ワークショップやイベントなどを企画している方もいらっしゃるのではないでしょうか。そんなときに便利なヨガワークスの「レンタルサービス」はご存知ですか?必要なプロップスを買わずに手軽にイベントが開催できる、とご好評いただいています。

ボルスターやブランケットを何セットも購入すると、高額になってしまいますよね...でも、レンタルなら断

然お得に使用できます!さらに対象商品を4セット以上ご利用で合計金額より20%OFFのリストラティブセット割引も。レンタル期間は1週間(弊社倉庫発送~お客様からの発送日を含む)なので、余裕をもってご利用いただけます。詳しくはビジネスサイトをご確認下さい!

お申込み方法

step1 仮注文

ビジネスサイトより希望商品を選択

step2 同意書の返信

ビジネスサイトより同意書をダウンロード・ご署名の上、FAXまたはメールを送信

step3 本注文

同意書が確認出来次第、弊社よりご連絡

step4 発送

ご指定の場所までお届け



SUPボードの
レンタルも
1台からOK!

How to rent

セット例

ヨガマット3.5mmセット(12枚入)	¥3,870(税抜)
ボルスターセット(4個入)	¥2,190(税抜)
ブランケットセット(8枚入)	¥3,150(税抜)

※取扱店種別によって金額が変わる場合があります。
詳しくはビジネスサイトへログインの上ご確認下さい。

レンタルサービス
については
こちらから



https://www.yogamat.jp/sc/rental.html

INFORMATION

「THE BLACKMAT IIを使う
10の理由」WEB特集ページ
ACO先生&舞名里音先生登場!

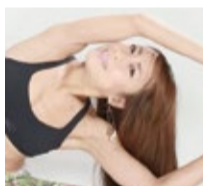
『ザ・ブラックマット・ツールを使う10の理由』第二段が公開になりました。理由その3にご登場いただいたのは、20年以上のヨガ指導歴!テンセグリティ・ヨガでおなじみACO先生。理由その4には元タカラジェンヌで、現在ヨガやバレエのインストラクターを務めるの舞名里音先生にご登場いただきました!お二人の異なる目線からの、ヨガマットに対する思い・ブラックマットツールを使用した率直な感想などをいただき今後の商品企画にも大いに役立つインタビューとなりました。次回もお楽しみに!



YOGA WORKS FAMILY

「YOGA WORKS FAMILY」とは?
ヨガワークスにゆかりがあり、ヨガワークスをこよなく愛する
インストラクターを紹介するコーナーです!

Kumi



ヨガ&ピラティスインストラクター。ダイエット目的で始めたホットヨガをきっかけに、ピラティスにも魅了される。ボディラインの変化や終わった後の達成感が好きで、週に6回も通うように。この世にたった1つしかない自分の身体や心を大切に、上手に自分自身と対話出来るよう、お客様のニーズに合わせ、大型スタジオや自宅、オンラインでの少人数制やパーソナルレッスンを開催。時にはお客様の自宅へ出向いたりイベントなどでも活動。4年ほど前から自らのボディメイクにも励む。
【取得資格】
*RYT200 *シニアヨガ*マタニティーヨガ
*Phtピラティス*ダイエットインストラクター
*日本サポーター協会公認インストラクター

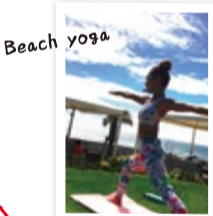


環境にはもちろん
大切な自分にも優しいヨガグッズ
お気に入りのカラーで
気持ちも前向きに!



Kids yoga

小さなお子様にもわかりやすい指導が評判!笑顔いっぱい
のキッズヨガ



青空の下で輝く美BODY!思
わず見落してしまいます。



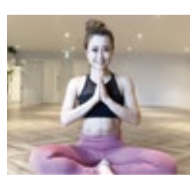
Yogamat 3.5mm

『製造過程や輸出時に発生するCO2をオフセット』
環境に配慮されているところが素敵だ!
と思ったのがヨガワークスを選んだ理由の一つです。
1人1人の小さな配慮が大切...
取扱店登録をすれば個人インストラクターも
お値打ちに購入できる制度はかたがたありがとうございます!

愛知県でヨガとピラティスのインストラクターとして活躍されているKumiさんは、名古屋市内の大手ホットヨガスタジオでの活動以外にも、「ヨガを日常にして心も体も健康に!」をモットーに自主開催で様々なレッスンを展開されています。SUPヨガの他にも、パークヨガ・キッズヨガも開催されるともマルチな方です。ヨガスクールを卒業されてから、長くヨガワークスのご愛用者。「カラーは可愛い色がたくさんありすぎて決められないほどです!」とヨガワークスのマットやブロックなど、その魅力も生徒さんに伝えて下さっています。

Family memo

インストラクターになりたての頃からヨガワークスをご愛用くださっているKumiさんは、まさに健康美人!ボディメイクにも力を入れて、たくさんの方のニーズにこたえて下さいます。Kumiさんに憧れてヨガを始める方も!!愛知県にお住いの方は、ぜひ魅力あふれるKumiさんをチェックしてください。



facebook

Instagram

平出久美

@iamkumi0220

商品の値札価格についてお知らせ

【消費税軽減対策特別措置法】に基づき、2021年3月末までに
弊社商品の値札を(消費税込みの総額表示)へ変更させていただきます。

《表記例》 ●現在:10,000(税抜)
●変更後:10,000円(税込 11,000円)

この変更に伴い、お手元に届く商品の値札表記が混在する可能性があります。
予めご了承くださいませようお願い申し上げます

Natural Life

魔女のレシピ

ハーブを使った簡単ピクルス

野菜はたくさん食べたいもの。
お弁当やお料理の付け合わせに簡単に作り置きが
出来るピクルスの作り方を紹介します。
ハーブはご紹介しているもの以外にも、
タイムやセージなど、いろいろな物で試すと楽しいですよ。
是非チャレンジしてみてください。

野菜は好みの物を
食べやすい大きさに
切って入れましょう。
大根、パプリカ、ミニトマト、
キュウリなど
カラフルな物を入れて
作るのも◎



【材 料】

- ピクルス液(1リットル分)
- ・水 800cc
- ・酢、ホワイトビネガー、
白ワインビネガーなど 300cc
- ・塩 50g
(砂糖を入れて作るやり方もあるので好みで)
- ・オリーブオイル 少々
- ・にんにく 1かけら
- ・鷹の爪 1本(包丁で切れ込みを入れておきます)
- ・オレガノ、乾燥バジル 少々
- ・ローリエ 1枚
- ・粒こしょう 10粒

【作り方】

1. 野菜を水洗いして、水気を切ります。
2. ピクルス液を作ります。鍋にオリーブオイル、ニンニクを入れて弱火で香りを出して、鷹の爪を入れて炒め、オレガノ、バジル、ローリエ、粒こしょうを加えます。
3. 鍋の火を止めて、酢と水を入れます。水を入れたら塩も入れて沸騰直前まで熱して冷まします。
4. ピクルス液が冷めたら、野菜を保存用の容器に入れて、ピクルス液を注ぎます。
5. 冷蔵庫で3日ほど漬ければ出来上がりです。

最新の商品在庫状況などはこちらから ▶▶▶ yogamat.jp



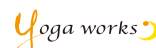
ヨガプレス #152 2020年11月号

2020年11月15日発行

企画・編集 有限会社ヨガワークス

〒104-0061 東京都中央区銀座3-10-15 東銀2ビル2F

Tel:03-3544-1886 Fax:03-3544-1884



ブランドサイト yogaworks.co.jp

ビジネスサイト yogamat.jp

配信停止をご希望の方は、取扱店登録名、ご担当者様名、お電話番号を明記の上、下記メールアドレス宛にご連絡ください。mail:sales@yogaworks.jp / 表示価格は全て税抜きです。/ 実際の商品と写真が異なる場合があります。/ サービスの展開期間は予告なく変更される場合があります。/ 本フリーペーパーの掲載写真・文章・イラストの無断転載を禁じます。/ すべての著作権は有限会社ヨガワークスに帰属します。©YOGA WORKS co., Ltd. All rights reserved.

Follow us!

@yogaworkscojp



＝ 編集部 の つぶやき ＝

今年も残すところあと一ヶ月ちょっと。思いもしない激動の一年でしたね。どんなことが起ころうと自分軸を大切に、周りに翻弄されず淡々とやることをこなし、日々を豊かに生きていきたいものです。

