

2017 年 4 月

新横浜プリンスホテル  
女性限定イベント  
「モーニングヨガ&ランチ」開催

【日時】2017 年 5 月 20 日（土）10：30A.M.～1：00P.M.

新横浜プリンスホテル（所在地：横浜市港北区新横浜 3-4、総支配人：竹口 豊）では、2017 年 5 月 20 日（土）にミス・ユニバース認定講師の飯田くにこ氏によるヨガイベント「モーニングヨガ&ランチ」を開催いたします。

本イベントではチェックシートを使ってお客さまご自身の体質を理解し、それぞれに合わせたヨガの動きを学びながら代謝の向上を目指します。

レッスンの後にご提供するランチは、栄養バランスやカロリー摂取量にまでこだわり、シェフと講師によって考案された限定コースで、体の内面からも「美」を意識していただくことができます。

地上 150 メートルからの眺望をお楽しみいただきながらヨガとお食事をご堪能いただける、新横浜プリンスホテルならではのイベントです。

「モーニングヨガ&ランチ」イベント概要

【期 日】2017 年 5 月 20 日（土）

【場 所】新横浜プリンスホテル スカイバンケット（42F）

【時 間】10：30A.M.～1：00P.M.（受付 10：00A.M.より）

※10：30A.M.～ヨガレッスン 12：00NOON～ランチ

【受付期間】2017 年 5 月 13 日（土）まで

【定 員】22 名さま ※事前ご予約制

【料 金】1 名さま ￥7,000

※上記料金にはイベント参加料、お食事、サービス料・消費税が含まれております。



会場となるスカイバンケット



昨年開催時の様子



コースメニュー（イメージ）

◎本件に関する報道各位からのお問合せは  
新横浜プリンスホテル 事業戦略／広報担当  
TEL:045-471-1113 FAX:045-471-1189  
<http://www.princehotels.co.jp/shinyokohama/>

**Seibu Group**  
でかける人を、ほほえむ人へ。

## モーニングヨガ イベント限定ランチ

約 1 時間のヨガレッスンを受講いただいた後は、イベントのために考案された限定ランチをご提供いたします。洋食シェフ 渡辺 武志が創作したコースメニューを、講師の飯田くにこ氏がカロリー摂取量などを計算し、運動後に必要な栄養をバランスよく取り入れることができます。

### ～ MEMU ～

#### ◆ リンゴと小松菜のスムージー

常温でお召しあがりいただきます。リンゴ風味で飲みやすい一杯です。

#### ◆ 色々ゆで野菜 米酢ゼリーのカクテル

ミネラル豊富なヒマラヤの赤塩を使用、ヨガレッスン後にしっかりと塩分を補給します。

#### ◆ 人参のポタージュ 生姜のアクセント

##### 自家製リコッタチーズ チアシード添え

人参を使ったオレンジ風味のポタージュで、生姜や香辛料を効かせて代謝を促す効果が期待できます。

#### ◆ 真鯛のグリル 南仏野菜のパレット仕立て

良質なタンパク質で代謝活動を促進する働きがあるとされる鯛を“変わりラタトゥイユ”でお楽しみください。

#### ◆ 鶏のささ身の椎茸衣焼き 季節の野菜オープン焼き

脂質が低くさっぱりとお召しあがりいただけるメイン料理です。椎茸で旨味をプラスしました。

#### ◆ 絹ごし豆腐のシフォンケーキ 豆乳クリーム添え 蜂蜜ソース

##### 愛玉子（オーギョーチィ）

豆乳は生クリームに比べカロリーや脂質を抑えられ、美肌などの女性に嬉しい効果が期待できるとされています。

#### ◆ 温かいフムス（ひよこ豆のペースト）とバケット

フムスとはひよこ豆を使った中東の伝統料理で、植物性・高栄養価であることから注目を集めています。

#### ◆ オーガニックコーヒー

※仕入れの都合により、食材メニューに変更がある場合がございます。

※食材によるアレルギーなどございましたら、あらかじめ係にお申し付けください。



#### 講師：飯田 くにこ氏 (Kunistyle 代表)

東京家政大学 栄養学部卒。栄養学全般を学び、栄養士資格を取得。  
在学中に海外留学し、帰国後は企業の秘書として勤めるなか美容・健康の資格を多数取得。  
長年続けてきたヨガの勉強を本格的に始め、オーストラリアにヨガ留学をし帰国後スタジオを立ち上げる。  
現在はトータルビューティーの観点から【加圧×ヨガ】を創作し、多くの女性から支持を受け、2015 年よりミス・ユニバース認定講師にも就任している。

##### 【主な資格】

DNA アドバイザー、DNA フィジカルトレーナー、JYIA 社団法人日本ヨガインストラクター  
加圧インストラクター（認定登録番号第 32479 号）  
全米ヨガアライアンス the ISHTA system RYS200  
栄養士 123266 号      ほか

#### 【お客さまからのお問合せ・ご予約】

新横浜プリンスホテル イベント予約係

TEL：045-471-1111（10：00A.M.～6：00P.M.）