

理想の美ボディになる !? シェイプアップの『札幌新定番』

札幌駅から徒歩で通えるタヒチアンダンススタジオ 「ヴァイヒリアタヒチ」に大注目！

年末年始は何かと食事や飲み会のお誘いの多い時期。また実家や旅行先でごちそうを食べたり、久しぶりに会う家族や友人とお酒を飲んだり、家でゆっくり過ごしたりで体が気になる季節です。そんなお悩みを解決するべく、ヴァイヒリアタヒチ(北海道札幌市中央区)では楽しく南太平洋の楽園タヒチの伝統舞踊「タヒチアンダンス」の体験レッスンを実施しています。様々なライフステージでの理想の自分作りにタヒチアンダンスを。



POINT : 1 タヒチアンダンスのシェイプアップ効果

タヒチアンダンスは楽しいだけでなく、その動きは深層筋（インナーマッスル）を刺激するので、シェイプアップにも素晴らしく効果は絶大です。ダイエットにも様々な方法がありますが、食事制限をしたりランニングをしたりと続けていくのはどれも大変そうですね・・・タヒチアンダンスであれば楽しく身体を動かすことができるので、自然とシェイプアップに繋がります。



POINT : 2 タヒチアンダンスは楽しい！

タヒチアンダンススタジオ「ヴァイヒリアタヒチ」のレッスンはとっても楽しいというお声をいただいています。普段の生活では味わえない開放的な自分を見つけることができます。またクラスの仲間ともタヒチアンダンスを通じて仲良くなっていくことでしょう。心豊かなライフスタイルの一部にタヒチアンダンスは欠かせません。



POINT : 3 様々なライフステージで自分にあったレッスンが可能！

「ヴァイヒリアタヒチ」のレッスンは様々なライフステージに合わせて受講が可能です。仕事のおやすみの曜日に合わせたレッスンや、お子様を連れてのレッスン、エクササイズに特化したレッスンなど、様々なライフステージに合わせて、自分の理想の自分を目指すことができます。



POINT : 4 本場のタヒチアンダンスを学べる！

初めてタヒチアンダンスを習う方には「本場のタヒチアンダンス」と言っても何が本場なのかがわからないと思います。タヒチアンダンスはタヒチ発祥の伝統舞踊ですが、同じ文化圏であるポリネシア各地で踊られることもあります。そのためタヒチのタヒチアンダンスとはステップの名前が異なることもあり、文化が海を渡って自然と変化しています。「ヴァイヒリアタヒチ」のタヒチアンダンスは、タヒチの現地で伝えられてきたものです。講師は定期的に研修のため、タヒチに足を運んで踊りを習得しております。



POINT : 5 講師はタヒチ在住歴10年以上の現地プログループで活躍したダンサー

「ヴァイヒリアタヒチ」講師：Mihia KAZUEは10年以上に渡り現地タヒチで生活し、プロダンスチームの一員としても活躍しました。日本でもテレビ・ラジオなどにも出演し、活躍の場を広げています。現地の心を大切にタヒチアンダンスを伝えています。



初めての方にオススメのクラス！

土曜日：16:00-17:00 エクササイズクラス(月2回¥3000-から)

※この他にも曜日時間帯によって選べるクラスがあります。

お問い合わせご予約はWEBサイト内からお申し込み(<https://vaihiria.com/>)
またはお電話011-596-6988まで。

【本件に関するお問い合わせ】

株式会社タヒチプロモーション 担当：大石・江藤

TEL : 045-321-0693 FAX045-321-0624 E-mail : info@tahiti.co.jp

※掲載内容は予告なく変更となる場合がございます。ご取材の際は上記にお問い合わせください。