

TRISARA

トリサラ

タイ初上陸「WiseMotion Retreat」開催



トリサラ初のウェルネスリトリートは、神経科学者とのコラボレーションによるプログラム

2024年8月

プーケットを代表するラグジュアリーリゾート、トリサラは、タイで初めて、ハンナ・ポイコネン博士による先駆的な「WiseMotion Retreat（ワイズモーション・リトリート）」を開催します。近年注目が高まるコグニティブウェルネス（記憶・思考を司る脳の健康）の向上を目的としたプログラムです。

著名な神経科学者、ハンナ・ポイコネン博士が講師を務める5日間のWiseMotion Retreatは、2024年11月24日～28日の期間に開催されます。即興の動き、科学的な知識、インタラクティブなディスカッションを組み合わせたユニークなプログラムが、脳の健康とウェルビーイングを高めます。

ハンナ博士は自らを「専門は神経科学ですが、心はダンサー」と説明します。体を動かすエクササイズは、トリサラをはじめ、世界の厳選された素晴らしいロケーションで開催されるWiseMotion Retreatに欠かせない要素の一つです。

WiseMotion メソッドは、15年以上にわたる脳科学の研究と、コンテンポラリーダンス、武道、瞑想の豊かな知識と経験をもとに、ハンナ博士が、ガイド付きのエクササイズと最先端の神経科学を融合させて開発したものです。

ムーブメント瞑想、WiseMotion マスタークラスなど、特別にデザインされたエクササイズが、感情のバランスと神経の落ち着きを回復し、認知機能の向上を図ります。そして、クリエイティブな動きとインスピレーションに関するディスカッションでは、科学的な知識も深めていただけます。

TRISARA

ハンナ博士は、「タイで最も美しいホリスティックリゾートの一つ、トリサラにて、WiseMotion メソッドのプログラムを開催できることを嬉しく思います。このリトリートは、ウェルビーイングと静寂の感覚を自然に高めてくれる環境の中で、体の動きと脳の健康の相関関係を探求できるユニークな機会です。ガイド付きのエクササイズ、神経科学、トリサラの素晴らしい環境を組み合わせ、ご自身との繋がりや脳のウェルビーイングを深めていただくためのプログラムをお届けします。」と、コメントしています。

脳の健康のためのエクササイズと瞑想を実践する WiseMotion Retreat は、トリサラで開催する初のリトリートプログラムです。プログラムを通じて、運動、心、健康の密接な関係を実際に感じていただきながら、極上のリゾートステイをお楽しみいただけます。

モンタラ・ホスピタリティー・グループの副社長、パンジャマ・レアスワンは、「ハンナ博士をトリサラにお迎えし、ラグジュアリーなオーシャンビューのプール付きジュニアスイートでのご滞在に、心のバランスを整える先駆的なアクティビティを組み合わせたプログラムを提供できることを光栄に思います。この度のコラボレーションは、身体的・精神的・感情的なウェルビーイングの維持・向上につながる変化を感じていただける体験を提供するという、トリサラのコミットメントを反映したものです。」と、コメントしています。

WiseMotion Retreat は、オーシャンビュー・プール・ジュニアスイートでのご宿泊（4泊）、プーケット国際空港とトリサラ間の往復送迎、毎朝食、コミュナルランチ、ハンナ博士主催のディナーを含み、料金は、1室2名様ご利用の場合、お1人様 USD3200、1室1名様でご利用の場合、お1人様 USD5350 です。

この他、「Jara Wellness (ジャラ・ウェルネス)」での Jara スパトリートメント（お1人様1回60分）、ハンナ博士による朝のデイリームーブメント瞑想、午後の WiseMotion マスタークラス、トリサラのグループアクティビティとフィットネスセンターをご利用いただけます。さらにモンタラ・ホスピタリティー・グループが誇るミシュランレストラン「PRU (プル)」と「JAMPA (ジャンパ)」に新鮮な食材を提供する、広さ 16,000 平方メートルのオーガニックガーデン「Pru Jampa (プル・ジャンパ)」を見学するツアーにもご参加いただけます。

Trisara Phuket

サンسكريット語で「第三の天国にある庭」を意味するトリサラは、プーケットで最も特別な体験ができるリゾートです。プーケット国際空港よりわずか 15 分、市街地からもすぐ近く交通至便な立地でありながら、豊かな熱帯雨林が生い茂る自然保護区内に位置し、美しいアンダマン海に面しています。広々としたプール付きの 60 棟のヴィラとレジデンスは、エキゾチックな庭に囲まれ、トリサラ専用の静かな湾を取り囲むように配されています。タイ南部唯一のミシュラン星付きレストランとして有名な「プル」を含む 3 軒のレストラン、オーガニック菜園、「ジャラ・スパ」を完備。モンタラ・ホスピタリティー・グループが所有・運営しています。

Montara Hospitality

タイの名門ファミリーが経営を担うモンタラ・ホスピタリティー・グループは、同国の自然と文化遺産を国内外のゲストに紹介することに誇りを持ち、真心を込めた斬新なサービスにより喜びを届けることを理念としています。クラ

TRISARA

ス最高かつ個性的なプロパティをコレクションしたポートフォリオには、プーケットの全プール付きヴィラスタイルのラグジュアリーリゾート「TRISARA（トリサラ）」をはじめ、プーケットのウェルネスレジデンス「TRIVANANDA（トリバナナダ）」、バンコクのリバーサイドで唯一のイタリア邸宅スタイルのブティックホテル「PRAYA PALAZZO（プラヤ・パラッツォ）」、バンコク中心部に位置する旧映画館をホテルに改装したユニークなホテル「PRINCE THEATRE HERITAGE STAY（プリンス・シアター・ヘリテージ・ステイ）」が含まれます。また、「Dine Good, Do Good（良いものを食べて、良いことを行う。通称 DGDG）」の理念に基づき、サステナビリティを重視した飲食施設の開発・運営も手がけています。同グループを代表するレストラン「PRU（プル）」は、ミシュランの1つ星を2019年以来、グリーンスターを2021年以来、保持し続けています。このほか、「アジアのベストレストラン100」を含め、国内外の名誉あるランキングに多数選出されています。2022年にオープンしたレストラン「JAPMPA（ジャンパ）」は、開業した同年にミシュランのグリーンスターを獲得する快挙を達成しています。

Dr Hanna Poikone（ハンナ・ポイコネン博士）

専門は神経科学、心はダンサー。熱心なウェルビーイング活動家であり、スイス連邦工科大学チューリッヒ、オレブロ大学病院、マックマスター大学、ヘルシンキ大学の「WiseMotion Community（ワイズモーション・コミュニティ）」の創設者。

ヘルシンキ大学にて運動、ダンス、音楽に関する神経科学の博士号を取得。そして、ニューヨーク、東京、バルセロナ、ヘルシンキなどのクリエイティブな都市で、コンテンポラリーダンス、武道、瞑想を学びました。


現在、スイス連邦工科大学の認知・社会神経科学部門での脳の研究を続ける傍ら、スウェーデンのオレブロ大学病院にて、クリエイティブな運動、神経科学、メンタルヘルスをテーマに研究員を務めています。

運動と脳との関係に着目したWiseMotionは、ダンス愛好家の神経科学者、ハンナ・ポイコネン博士によって考案されたメソッド。ガイド付きのエクササイズ、科学的知識、インタラクティブなディスカッションを組み合わせたプログラムは、15年以上にわたる脳研究の専門知識と、ダンス、武道、瞑想に関する豊富な経験に基づいています。

これまで、教育、芸術、医療分野の専門家から、起業家、経営者、脳の病気を経験した方まで、多分野にわたり、何百人もの人々をサポートしてきました。

トリサラ・プーケットに関する詳細は <http://trisara.com/> をご覧ください。

このプレスリリースに関するお問い合わせ、資料送付のご希望は、
トリサラ・プーケット日本地区GSA、ケントス・ネットワークまでご連絡ください。

Tel : 03-3403-5328 Fax : 03-3403-5329 E-mail : info@kentosnetwork.co.jp
Web : www.kentosnetwork.co.jp  https://www.instagram.com/kentos_network/

