



JAPAN

元気なときにも行きたくなる
オススメ病院リスト。

今年もV絶望。

巨人軍の“時価総額”

【連載・第三の投資】

ロシア株ってどうなの？



ビジネスセレブの英語テスト、 あなたは何点とれますか？



特別付録 StyleBook

小池大臣と環境省でファッション撮影。
六本木ヒルズ・レジデンスに住むということ。



日本で100万人が予約待ち。
ホワイトバンドは、ほんとけない！

10



Yoga

★★★★★

精神統一しながら、
身体を英語にゆだねる。

ヨガで心身のリフレッシュと精神統一をしながら英語を身につけるのもいいかも……と訪れたこちらでは、講師のほとんどが外国人。レッスンは主に英語で進められる。生徒は基本的に在在・勤務の日本、アメリカ、オーストラリア、香港、韓国、イギリスなど各国の人々が集いインターナショナルな雰囲気。日本人は英語初心者からビジネスで活躍している人まで様々だ。「初めて来る日本人の生徒さんは不安みたいですが、動きは見て真似できるから大丈夫」と、主宰のリザ・ロウウィッツさん。日本語も流暢に話す彼女だが、生徒からは「英語で」というリクエストが多いそう。

「ohms/uhm(空気を吐く/吸う)」「hands up to the ceiling(手を天井の方に伸ばす)」などの英語は、身も心もリラックスした状態だからずっと耳に入ってくる。分からなければ動きを真似。そのうちに動きと表現がリンクしてくる。身体の部位や動きに関する英語は日常生活でも十分有効。やはり語学も身体で覚えるのが一番だ。

Sun&Moon Yoga カリフォルニアスタイルを興いたフレンドリーでリラックスした雰囲気のヨガスクール。初心者向けのものから武蔵野市のものまで様々なクラスがある。1回(体験)15,000円、4回チケット10,000円、10回チケット18,000円(それぞれ3カ月有効)など。東京都品川区上大崎3-1-5 日東駅前マンション204号 ☎03-3280-6303 <http://www.sunandmoon.jp>