

MON	TUE	WED	THU	FRI	SAT	SUN
27 WAKE-UP THREE	28 AOYAMA CLOSED	29 WAKE-UP PRIVATE SESSION	30	1 WAKE-UP THREE	2	3
4 WAKE-UP THREE	5	6	7	8 WAKE-UP THREE	9 FLOWER WORKSHOP	10
11 WAKE-UP THREE	12	13 WAKE-UP PRIVATE SESSION	14 HOLISTIC CARE WORKSHOP	15 WAKE-UP THREE	16 SPECIAL IN DECEMBER	17
18 WAKE-UP THREE	19	20	21	22 WAKE-UP THREE MAKEUP WORKSHOP	23	24
25 WAKE-UP THREE	26	27	28	29 WAKE-UP THREE	30	31 AOYAMA CLOSED

SPECIAL WORKSHOP IN DECEMBER



NEW YEAR DECORATION

“オリジナルのお正月飾りづくり”

〈講師〉清水 涼子・清水 祥子 氏

3,000 円 (税抜) \*要予約 12月16日(土) 11:00~12:30

今回のワークショップでは、新年に向けて水引・稲穂・炭を用いたお飾りをつくりま  
 す。代表的な『あわじ結び』をメインに、水引結びを一から作り、稲穂や炭と組み合わせてア  
 レンジしていきます。ご自身の手で作り出すオリジナルのお正月飾りで、素敵な新年  
 をお迎えください。画像右/菊炭かざり(桐板付) 画像左/稲穂かざり(※写真では2本並んでいますが、  
 お持ち帰りいただくのは1本です)

Living by Design  
**Green Scape**

(しみずりょうこ・しみずしょうこ)  
 日本の四季をテーマにしたインテリアショッ  
 プ『グリーンスケープ』で扱う、オリジナル  
 お正月飾りを考案。“シンプルで飾りやすい”  
 をテーマにモダンなお飾りも提案している。  
<http://greenscape.co.jp>

REGULAR WORKSHOP

WAKE-UP THREE

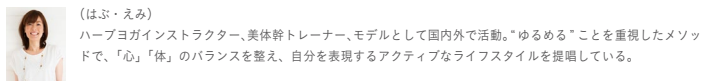
“からだと心にしなやかな軸を作る”

〈講師〉羽舞 咲 氏

1 レッスン 500 円 (税抜) \*要予約不要

毎週月・金 8:30~9:00 (祝日の場合はお休み)

全身を目覚めさせる呼吸法をはじめ、体のコリや疲れをとる脱力法、ゆがみを整える  
 姿勢療法などをレクチャー。ご予約もお着替えも不要で、お気軽にご参加いただけ  
 ます。12月のレッスンではこの時季に疲れがちな内臓の働きに意識を向けます。年  
 末の忙しい心と体をゆったりと健やかに保ち、キレイな体で1年を締めくくりま  
 しょう。



(はぶ・えみ)

ハーブヨガインストラクター、美体幹トレーナー、モデルとして国内外で活動。“ゆるめる”ことを重視したメソ  
 ョドで、「心」「体」のバランスを整え、自分を表現するアクティブなライフスタイルを提唱している。

GREEN, FLOWER, AND BEAUTY

“季節の植物に触れ、澄んだ美意識を呼び覚ます”

〈講師〉山本 文 氏

1 レッスン 3,500 円 (税抜) \*要予約

12月9日(土) 11:00~12:30 (毎月第二土曜日)

四季折々の植物に触れることで心を落ち着かせ、内面の豊か  
 さと美意識を磨いていくワークショップ。12月はお正月飾  
 りをつくります。洗いパープルのしめ縄をベースに、水引、  
 稲穂、松、南天、生花をご自身の感性でレイアウトしてい  
 きます。生花を差し替えることができるので、長い期間楽しめ  
 ます。\*花材は写真と異なる場合があります。

(やまもと・あや)

生きた花を更に美しく生かすフラワーコーディネーター。THREE AOYAMA、表参道 LOTUS、  
 CIBONE、TODAY'S SPECIAL にて装花を担当。四季折々の花材を使ったワークショップでは、  
 作る人と花の個性を大切に結び合わせます。

HOLISTIC CARE & MAKEUP WORKSHOP

WAKE-UP PRIVATE SESSION

“ホリスティック カウンセリング”

〈講師〉秋山裕美

THREE トップスキンケアスペシャリスト

FREE 定員1名 \*要予約

12月13日(水)

① 8:30~ ② 9:45~ ③ 11:00~

各回 所要時間 60分

THREE のトップスキンケアスペシャリスト秋山裕美  
 によるパーソナルカウンセリングです。お肌のお悩み  
 についてはもちろん、どうすればなりたい肌近づけ  
 るのか、トップスペシャリストならではのセルフケア  
 方法についてなど、マンツーマンで丁寧にお答えし  
 ます。ご希望の方には、ボディやヘアのケア方法につい  
 てもアドバイスいたします。

(あきやま・ゆみ) THREE トップスキンケアスペシャリスト

「心・からだ・肌のトータルケア」をモットーに、お一人お一人の肌状態やライフスタイルに合わせた、  
 スキンケアにとまらないパーソナルなお手入れ方法を提案させていただきます。調子が良いときも  
 あまり良くないときも、その時々で最適なケアを正しく施しながら、皆で美しくなりたい！

THREE HOLISTIC CARE WORKSHOP

“心身のバランスを整え、寒い季節も健やかに過ごす”

〈講師〉秋山裕美

THREE トップスキンケアスペシャリスト

FREE 定員4名 \*要予約

12月14日(木)

① 14:00~15:00 ② 16:00~17:00

③ 19:00~20:00

それぞれのライフスタイルやお肌の状態によりそった、  
 最適なケアの方法をじっくりお伝えする少人数制の  
 ワークショップ。今月のテーマは心・からだ・肌の大  
 掃除です。何かと忙しい年末年始を快適に過ごすため  
 のお手入れメソッドをご提案します。寒さや乾燥が厳  
 しくなるこの時季を乗り切り、美しさに磨きかける  
 ためのホームケアのコツをアドバイスいたします。

THREE MAKEUP WORKSHOP

“2018 S/S Makeup Collection 先行体験会”

〈講師〉佐藤裕太

THREE グローバルメイクアップアーティスト

FREE 各回定員6名 \*要予約

12月22日(金)

① 11:00~12:00 ② 19:00~20:00

今回のワークショップでは 2018 年発売の新メイク  
 アップコレクションをいち早く体験していただけます。  
 テーマは“Song of Ascendance”。新しい始まりを感じさ  
 せる春に向けて、自分の内に湧いてくるエネルギーを  
 感じて新たな一歩を踏み出そう、という想いを込めた  
 コレクションです。一押しは新しいリップアイテム「リ  
 リカルリップブルーム」。肌と唇の質感に境界を感じ  
 させない、新感覚の仕上がりが特徴です。従来の  
 マットリップとは一線を画す、THREE ならではの  
 “ローマット”な仕上がりを、ぜひ実感ください。

(さとう・ゆうた) THREE グローバルメイクアップアーティスト

雑誌やファッションショーでも活躍するアーティスト。「もっと素敵な自分になりたい」「明るくポジ  
 ティブな気分になりたい。」そう願うすべての方に、かならずキレイになれるメイクを提案し、ポジティブな気持ち  
 で自分に自信が持てる、THREE のメイクの質感と世界観をお伝えします。