

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

SPECIAL WORKSHOP IN JANUARY



■ FLOWER BOUQUET

“ 緑と白の植物でつくるブーケ ”

〈講師〉 徳永真里子 氏

3,500 円 (税抜) \* 要予約 1 月 27 日 (土) 11:00 ~ 12:30

今月は、フレッシュで香り豊かなハーブや白いお花を用いてブーケをつくります。緑と白の植物だけのアレンジメントは凛として清たく、冬のお部屋を明るくフレッシュしてくれそうな存在感。完成したブーケは、ナチュラルな素材でラッピングしてお持ち帰りいただけます。大切な方へのプレゼントとしてもおすすめです。\*花材は写真と異なる場合があります。

(とくながまりこ)  
 maricollage 主宰。フラワーアーティスト。花を通してワクワクや素敵を広げるべく、レッスン、ワークショップ、イベント装花の企画・制作、オーダーメイドのアレンジ作成など多岐にわたる活動。  
<http://www.ne.jp/asahi/maricollage/feur/>

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 (1月5日・8日はお休み)

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美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。1月のテーマは「循環」。全身のめぐりを整えて、福を呼び込む健やかなからだを目指しましょう。  
 \*1月14日(日)9:00から、60分の「ハーブポールヨガワークショップ」を行います。こちらは予約制、3,500円(税抜)となります。



(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ッドで、「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



1 月 13 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、内面の豊かさや美意識を磨いていくワークショップ。1月は、初々しい植物を使って箱庭をつくります。題して“early spring garden.”まるでそこに小さなお庭があるかのようなアレンジメントに挑戦します。まだまだ寒い日が続きますが、春のお庭を想いながら温かな気持ちで1年をスタートさせましょう。  
 \*寄せ植えではありません。切り花を寄せ植えのようにアレンジします。  
 \*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

1 月 10 日 (水) ・ 1 月 31 日 (水)

① 8:30~ ② 9:45~ ③ 11:00~

各回 所要時間 45 分

THREE のトップスキンケアスペシャリストによるパーソナルカウンセリングです。お肌の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、スキンケアにとどまらないパーソナル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

1 月 25 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「心身の温め方」です。冷えや乾燥が一段と厳しくなるこの季節を健やかに過ごすには、心と身体をしっかりと温めてあげることが大切。参加者の皆さまのお話を伺いながら、その方に適した温め方をアドバイスいたします。

■ THREE MAKEUP WORKSHOP

“ 最新メイクアップコレクションの自分らしい楽しみ方 ”

〈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

1 月 18 日 (木)

① 11:00~12:00 ② 19:00~20:00

2018 年 1 月 1 日発売の最新メイクアップコレクションを使って、旬な表情になれるポイントメイクをレクチャーします。唇に「ローマット」な仕上がりをもたらず新アイテム「リリカルリップブルーム」を美しく仕上げるコツや、乾燥が気になる季節も目元・口元を瑞々しく保つ方法などを、レクチャーと実践でご習得ください。



(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。