

NY発：普通のヨガじゃ物足りない人必見！クラブと合体、ウィルコーメン・ディープハウス・ヨガ

By 安部かすみ - 2014-11-10



いつの時代も、最先端のエクササイズが生まれるニューヨーク。近年日本でも大人気なのはスピニング・エクササイズだが、元祖「ソウルサイクル」はもちろんのこと、歌いながらの「サイクルカラオケ」、水中スピニングの「アクア・スタジオ」など、日々新しいものがこの街で誕生してはニューヨーカーを夢中にさせる。

またヨガにしても、メジャーな「ジヴァムクティ」やハンモックを使う「アンチグラビティ」など、ニューヨーク発のものは多い。最近ではもうひとつ最新ヨガが、ニューヨークで話題となっている。

暗闇のだだっ広い会場に入ってまず驚くのは、前方の壁全体に広がるビデオインсталレーション。天井にはクルクル回る

ヨガ好き、新しもの好きのニューヨーカー

ミラーボール、そして参加者を妖艶に照らすライティング。

2人のDJが音楽をガンガン、ノリノリにプレーする中で、会

場いっぱいに集まった人々がヨガに真剣に取り組んでいる。

場所は、ブルックリン区にある人気のナイトクラブ

「Verboten」。ここで毎週月曜日と火曜日の夜、5回のクラスに分けて行われているのが

「Willkommen Deep House Yoga」だ。

が、このクラスを楽しみに集まる。

Photo : Daniel Leinweber of Razberry

Photography

このクラスは今年6月にスタート。物珍しさもあって話題を呼び、定員50人の会場は毎回満場御礼の人気ぶり。「楽しくて新しいっていうのが人気の理由ね。でもこれは新しいヨガの『スタイル』ではなく、ヨガと音楽が合体したレギュラーイベントと捉えてもらった方がいいかも」と説明するのは、この日のインストラクターで、ヨガ講師歴16年のエレナ・プローワーさん。講師によって、ヴィンヤサフロー、ハサ、クンダリーニなど、指導するヨガの種類も様々だ。

DJがプレーするのはその名の通り、ディープハウス。この日はゲストミュージシャンとして、イーストフォレストが参加し、ターシャ・ブランクさんが作る「ドンツツドンツ」というディープハウスビートに、さざ波やすず虫の自然音、心臓の鼓動音などヒーリング音楽をコラボレーション。結構な大音量だが、ターシャさん曰く「音楽のみならず、照明やビジュアル効果もあって、深～い世界へ引き込まれるのよ」。私もクラスに参加してみたが、確かに、ヨガという自分の内なるエネルギーに向き合うスプリチュアルジャーニー（魂の旅）を、この異次元空間は手助けしてくれているように感じた。

この日の講師はエレナ・プローワーさん。マイクセットを付けて回りながら、一人ひとりを指導する。Photo : Menbar Photos for VerbotenNewYork.com

このクラス自体の発案は会場の「Verboten」だが、このクラスをここまで発展させた仕掛け人は、ターシャさんともう一人のDJ、ジョージ・ファーヤさんの2人。ターシャさんによると、音楽やクリエイティブなものが好きな若いヨギーはもちろんのこと、新しいことが好きな人、ヨガをあまりやったことのない人にも年齢層問わずオススメなのだと。私は普段ヨガをしないのでもなかなかチャレンジングな内容だったが、クラスが終わった後は心地よい疲労感に包まれ、その夜はぐっすりと眠れた。

参加費は1クラス（約75分間）20ドル（約2160円）で、ヨガマットのレンタル込み。ナイトクラブなので更衣室はなく、着替えなどはお手洗いで行う。

クラブキッズたちが大騒ぎした週明けは、フロアが恐ろしいぐらいに汚れまくっているだろうと思いきや、床はこのヨガクラスのためにピッカピカに磨かれているので、裸足でも心配ご無用だ。

>> [Verboten WEBサイト](#)

クラスが始まる前の会場。前方がDJブース、左手前がバーカウンター

クラス開始直前。会場は照明が落とされ、煌びやかなストローブライトが照らされる

安部かすみ

編集者、ライター。1994年から2001年まで、日本の出版社で編集者として勤務、02年よりニューヨーク在住。07年から14年まで、在NYの出版社でシニアエディターとして勤務。退職後は様々な日本語メディアでNY情報を発信中。日米での編集者歴21年。