



THE MIDDLE HOUSE  
SHANGHAI  
镛舍



即时发布

## 将健康的生活方式提升至新高度

上海镛舍与Space合作，为住客提供一系列房内健身教学视频

**上海, 2019年4月** 为满足旅客出门在外对健身的需求，镛舍宣布与SPACE进行全新合作，为住店客人提供一系列客房内健身教学视频，在谧寻水疗所提倡的生活方式新概念基础上，满足现代人对于健康生活的需求。

SPACE 以其多元化的独特风格课程重创健身体验,课程包含室内单车、舞蹈普拉提、瑜伽、舞蹈塑性及高强度有氧训练。SPACE是一个开创于亚洲并引领动感生活方式的运动健身品牌,在中国大陆和台北地区运营多家高端精品健身场馆,通过音乐,流行文化和革新的教学方法将健身和娱乐完美结合,改变人们围绕团体健身的社交形态,开创了健身3.0模式。此次与镛舍合作，为住店客人提供一系列订制健身教学视频，将音乐和娱乐与健身相结合，每段教学视频都是由SPACE的专业教练为客人的不同需求量身定制。此外，镛舍的客人还可免费体验SPACE提供的多种课程，门店位于近在咫尺的太古汇商场。

“SPACE 非常高兴能为镛舍的客人带来充满活力的多元化课程。我们的使命就是激励大家不断的挑战并完善自我，与SPACE一起，拥有健康的身体和保持良好的心态，同时我们也很开心能让客人在离家之外的居舍保持健康的身心状态。”SPACE创始人Matthew Allison说道。

客房内健身教学视频包含一系列不同的组合，每段时长5-10分钟，令客人在繁忙的安排中利用碎片时间达到健身目的。这套“**自重训练**”专为“空中飞人”设计，解决了没有固定时间运动的烦恼。“**补充元气**”以瑜伽的方式帮助客人在长途旅行后焕活身心；“**清晨能量**”结合一系列瑜伽技巧，为即将到来的一天做好充足准备；“**腹部核心锻炼**”着重腹肌塑性；“**脂肪燃烧**”是高强度的有氧训练，旨在燃烧多余卡路里。

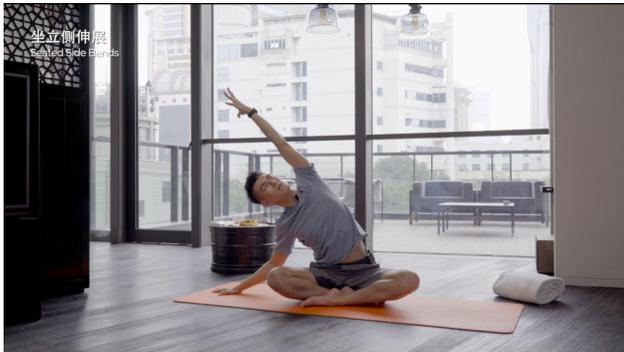
“SPACE是当下将健身与娱乐完美结合的前沿品牌，我们非常高兴可以与之合作，在为住店客人提供客房内健身教学视频的同时，更体现了我们现有对健康生活方式的追求。”镛舍总经理霍柯南说道。



THE MIDDLE HOUSE  
SHANGHAI  
铺舍

**SPACE**  
MOVED BY MUSIC

谧寻水疗 | 体验 | 商店融入新颖概念，旨在为宾客提供愉悦舒心的全新体验。作为中国首间引入茶灵护理的酒店水疗中心，谧寻采用来自法国LVMH团队研发的高端品牌CHA LING茶灵为宾客提供精致水疗护理，将传统中药的独特疗效与法式护肤艺术完美诠释，为全身心带来充分放松的美妙时刻。谧寻还配备了设施齐全的24小时健身房，长33米的室内恒温泳池、桑拿室以及蒸汽室。





THE MIDDLE HOUSE  
SHANGHAI  
镛舍

**SPACE**  
MOVED BY MUSIC



**自重训练** [视频链接](#)

**清晨能量** [视频链接](#)

**腹部核心锻炼** [视频链接](#)

**脂肪燃烧** [视频链接](#)

**补充元气** [视频链接](#)

-完-

## 关于镛舍

作为太古酒店屡获殊荣的居舍系列（The House Collective）全球第四间酒店，上海镛舍坐落于繁华的静安区，同时毗邻潮流街区南京西路，设有111间奢华客房和102间公寓。镛舍由意大利设计师及建筑师皮埃尔·里梭尼（Piero Lissoni）打造，其极具个人风格的大胆线条与简洁轮廓融入酒店的每个设计细节之中，多项特色设施中包括开阔的户外露台，并以亚洲最具格调的繁华都会为背景，为宾客营造一片静雅宁和的绿洲。



THE MIDDLE HOUSE  
SHANGHAI  
舖舍



### 关于太古酒店

太古酒店的成立，是为进一步于香港、中国内地及美国拓展旗下居舍系列和东隅两个酒店品牌的业务发展。每间酒店突破常规的风格，为追求个性、品味及贴心服务的旅客呈献高格调的独特体验。

居舍系列是精心设计的高度个人化酒店，特点因地理位置而异，首先于2008年在北京开设瑜舍，随后有香港奕居、成都博舍，以及最新在2018年开幕的上海舖舍。而东隅则是一个充满时尚生活品味的休闲式商务酒店品牌，强调工作与生活的平衡，分别有香港东隅、北京东隅和迈阿密东隅。

### 更多资讯，请联系：

Jessica Wang 王文怡

市场传讯总监

上海舖舍

电话：+86 137 1780 2061

邮箱：jessicawang@swirehotels.com

Rebecca Yu 于雪茵

市场传讯经理

上海舖舍

电话：+86 159 0426 3027

邮箱：rebeccayu@swirehotels.com