

news release

Mandarin Oriental Hotel Group Limited
281 Gloucester Road, Causeway Bay, Hong Kong
Telephone +852 2895 9288 Facsimile +852 2837 3500
www.mandarinoriental.com



文华东方集团将健康生活融入客房之中

香港，2018 年 4 月 25 日 — [文华东方酒店集团](#)与全球领先的健康及运动平台 [Grokker](#) 达成合作关系，并将健康生活带进客房之中。

文华东方世界级的水疗设施以及屡获殊荣的水疗项目一直致力为关注健康的旅客打造休养生息的体验；此全新推广活动将收录一系列 Grokker 以健康及运动为主题的影片，让宾客于客房中自由观看并跟随练习，确保在旅行期间可以保持身心健康。

一系列的影片包括五分钟的减压冥想、20 分钟运动、普拉提与瑜伽练习、以及帮助入睡的睡前瑜伽环节。

「旅行的时候要维持健康生活习惯有一定的难度。全赖我们与 Grokker 的合作，文华东方将健康知识以及养生活动延伸至客房之中，让宾客轻松保持身心健康。」文华东方酒店集团水疗及健康总监 Jeremy McCarthy 说道。

「旅行让人心情愉悦，但匆忙冲忙的行程以及有限的空间让我们难以专注维持健康习惯。我们非常高兴与文华东方集团达成合作，并将有益身心的影片内容带进酒店房间」Grokker 行政总裁 Lorna Borenstein 指出。

Grokker 一系列有关运动、瑜伽、冥想以及普拉提的影片目前在文华东方旗下酒店已全面上线，包括曼谷、香港、吉隆坡、澳门、新加坡、波士顿、迈阿密、纽约、华盛顿、日内瓦、伦敦、巴黎以及布拉格，集团其他酒店亦正密锣紧鼓，于 2018 年将同样把 Grokker 影片课程呈献予宾客。

编辑备注: Grokker 房内运动课程

跟 Celest Pereira 练习瑜伽

Celest 从小习舞并于大学取得物理治疗科学学士学位。在毕业后，Celest 越洋抵达印度学习哈达瑜伽（hatha yoga）以及内观冥想（Vipassana meditation），学有所成的她其后回到伦敦并担任全职瑜伽导师。其清晰的指导以及温和的风格让 Celest 迅速声名大噪；Celest 更获不少全球顶尖的瑜伽在中心邀请教授并分享心得，而其课程亦已上载到 Grokker 的网页。

跟 Coleman 冥想静修

Mark Coleman 是知名冥想中心 Spirit Rock 的高级导师，从 1997 已开始开班授徒的他，是内观冥想（Insight meditation）的识途老马。Mark 定期带领学生体验野外渡假旅程，地点包括美国阿拉斯加以及秘鲁；旅途融合了深度冥想、攀山、划舟，让学生全面体验大自然的奥妙。Mark 的著作包括 *Awake in the Wild: Mindfulness in Nature as a Path of Self-Discovery*。

与 Lottie Murphy 练习普拉提

Lottie 在 16 岁时于芭蕾舞学校每天练习普拉提并深深爱上这项运动。Lottie 曾于伦敦闻名遐迩的普拉提训练中心 Body Control Pilates 受训，在该领域获得广泛认可。

与 Sam Skelton 一起运动

Sam Skelton 于圣荷西州立大学取得科学学士学位，并于企业健康领域工作了六年之久。Sam 训练过不同年龄层的学员，亦曾指导过有身体缺陷的学生，当中包括膝盖受伤及臀部进行过手术的病人。Sam 同时是一名 ACSM 认证的临床运动生理学家，并热衷于协助学员达到理想运动目标；其专业领域包括减重、力量以及核心训练。



关于 Grokker

Grokker 提供超过 3,700 段专家授课的影片，让繁忙的都市人在任何时间及地点透过智能上网装置均可浏览片段。无论用家只有五分钟或 50 分钟，Grokker 呈献最佳的体适能、瑜伽、冥想以及健康煮食的短片，配合日程及提示功能确保您维持健康生活习惯。Grokker 于 172 个国家广受欢迎，并于 2017 年被 CNBC 频道评选为 25 间最成功的初创企业之一。观众可于桌上计算机、手提智能装置、Apple Watch、又或透过 Comcast、Amazon Prime、Amazon FireTV、Apple TV、Roku、Chromecast 及 SKY 连接到电视浏览 Grokker 的影片；影片同时上载到其企业互动平台，让大型企业的员工都可享用此健康为本的福利。

关于文华东方酒店集团

文华东方酒店集团为一家屡获殊荣的酒店投资及管理集团，经营全球享负盛名的酒店、度假酒店及酒店管理式住宅。集团由一家植根亚洲的酒店公司发展成一个环球品牌。目前，集团在二十一个国家和地区经营三十一家酒店及八个酒店管理式住宅项目，每项物业均反映集团的东方传统和地方特色。文华东方为怡和集团成员之一，并有数个酒店和酒店管理式住宅项目正在发展中。

如欲索取有关图片，可浏览 www.mandarinoriental.com 内之 [传媒相片库](#)，选择下载合适相片。如欲查询更多详情，可浏览集团的 [社交媒体专页](#)。

-完-

查询请联络：

[总办事处 - 集团传讯部](#)

Abbey Naylor (anaylor@mohg.com)
美洲
电话：+1 (212) 830 9383

Vanina Sommer (vsommer@mohg.com)
欧洲、中东及非洲
电话：+33 (1) 70 98 70 50

Sally de Souza 戴素珊 (sallydes@mohg.com)
集团
电话：+852 2895 9160

Shevaun Leach (shevaunl@mohg.com)
亚太区
电话：+852 2895 9286