

Ⅰ神戸発 早春の週末 佐世保クルーズ

2026年2月6日～2026年2月8日



進藤 学 しんどう がく

Ⅰ 教室 Ⅰ

健美オチョエクササイズ

定員制

じっくり丁寧にカラダを動かし心地良い"整い"を実感。体幹を意識した"捻り運動"でインナーマッスルにアプローチ!じわじわ深層から熱くなる感覚をご堪能ください。お正月太りが気になる方にもオススメ◎日常生活でも習慣的に取り入れることができる"お持ち帰りエクササイズ"をご提案させていただきます。

■進藤 学 Profile

俳優・タンゴダンサー

エクササイズクリエイター

ダイエットインストラクター

アルゼンチンタンゴダンサーを経て、2005年に俳優デビュー。その後『オチョダイエット』を考案し書籍を出版。テレビ番組やイベントへの出演など"健美の伝道師"としても活動の幅を広げている。飛鳥Ⅱ世界一周クルーズでは、2024年と2025年に健美、創作クラスを開講。

最近では表現者としての経験を活かし、振付、演出なども手がけている。テレビ番組の社交ダンス企画に"オチョ"の愛称で出演。

※リラックスして動きやすい服装、履物でご参加下さい。※スカート、ハイヒール不可

※ご乗船後、客室備え付けのタブレット端末等からご予約ください。

ASUKA III

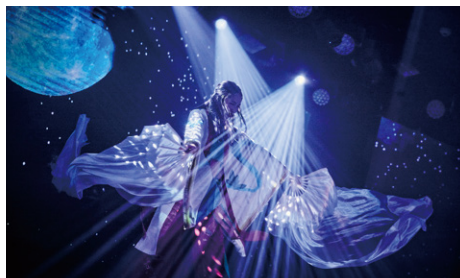
エンターテインメント情報

パフォーミングアーツ

最先端のデジタル技術を駆使し、幻想的でダイナミックなデジタルアート映像とダンサーによる表現力豊かなパフォーマンス、シネマティックな音楽が融合した、新感覚のイマーシブエンターテインメントプログラムです



KAGUYA



ここは、平安時代「竹取物語」の世界。竹の精霊によって生まれたかぐやは、四季の美しさに心を躍らせ、人々のやさしさを感じながら成長し、地上での幸福生活を送っていた。しかし、心に“帰るべき場所”への想いが芽生えていく――。

地上への未練と自らの本当の居場所への疑問の間でかぐやの心は揺れ動いていく。そしてついに訪れる帰還の時、かぐやの決意と運命は――。

これは、静かに輝く月の光から生まれたかぐやの物語――。



MYSTERIO



ある日、森で遊ぶ少女ミステリオは、不思議な光に導かれ、太陽を崇拝する古代文明の世界に迷い込んでしまう。精霊たちと出会い、文明の豊かさに喜びを感じる一方、人々の太陽への信仰がもたらす不穏な影に直面し、世界の争いへと巻き込まれていく――。

終わりのない争いに終止符を打ちたいと思ったミステリオは、秘められた力を思いがけず解き放ってしまう。ミステリオの力が世界にもたらすものとは――。

※上演スケジュールにつきましては、ご乗船後客室内タブレットおよびデジタルサイネージでご確認ください。

ASUKA III

エンターテインメント情報



CASINO ANTE

｜ 運と感性が煌めく、大人の社交場 ｜

有料・一部定員制

カジノアンティでは、スロットマシン、ルーレット、ブラックジャック、バカラ、クラップス、各種ポーカーなど、世界のカジノで人気のゲームを豊富に取り揃えております。

さまざまなゲームを楽しみながら実践的に学べる「カジノ教室」や、栄誉ある優勝者を選出する大会「カジノロワイヤル」(有料・定員制)も開催いたします。

遊び方はディーラーが親切丁寧にご説明いたしますので、初めての方でも安心してご利用いただけます。リラックスと興奮が共存する空間で、大人の夜を心ゆくまでお楽しみください。

※18歳未満のお客様はご入場いただけません。

※「カジノロワイヤル」は開催されない場合がございます。

※予約が必要なイベントはご乗船後、客室備え付けのタブレット端末等からご予約ください。

※「飛鳥Ⅲ」は日本船籍につき、チップやコインを現金や記念品に交換することはできません。

ASUKA III

エンターテイメント情報



ASUKA WELLNESS PROGRAM

| アスカ ウェルネス プログラム |

朝は目覚めに最適な「モーニングストレッチ」、そして夜にはリラクゼーションを目的とした「ナイトストレッチ」初めての方もお気軽に参加いただける「はじめてピラティス」で軽い体幹トレーニングはいかがでしょう。美しい姿勢をキープするコツもお伝えします。

「飛鳥Ⅲ」の就航以来、大変ご好評をいただいております「エアリアルヨガ」では、やわらかな布に包まれ心も身体もほぐされ癒される45分間をぜひご体験ください。

11デッキにある「スタジオA3」では様々なプログラムをご用意しております。

開放感のあるスタジオで、海をながめながら心地良くととのう極上のひとときをお過ごしください。

※プログラムはクルーズによって変わる場合がございます。

※一部有料のプログラムがございます。

※ご乗船後、客室備え付けのタブレット端末等からご予約ください。