

2013年3月27日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

春が来た！ヨガでダイエットするなら今！

ダンワールドが東京・銀座で「入会無料」キャンペーン

イルチブレインヨガ銀座スタジオの3周年記念・・・4月末まで

イルチブレインヨガを展開するダンワールドジャパンは4月1日～30日、東京・銀座のイルチブレインヨガ銀座スタジオの3周年を記念して、入会金無料のキャンペーンを行います。春は1年の中でもっともダイエットに向いている時期。冬の間にとまった脂肪や老廃物を排出しようとする本能が芽生え、新陳代謝が高まります。ダイエットを成功させたいなら今がチャンス。ブルガリ銀座タワーの裏にあるイルチブレインヨガ銀座スタジオで、おしゃれに、スマートにダイエットヨガをしませんか！



■春はダイエットに最適

四季の中には、ダイエットに向いている季節とそうでない季節があります。いちばんダイエットに向いているのは春。芽吹きとともに自然界に食べ物があふれ出すため、体は本能的に「もう寒さをしのぐために脂肪や栄養を蓄えておく必要はない」と判断します。その結果、脂肪が燃えやすくなります。だから、ダイエットも効率良く行えるのです。

■腸も心もデトックス

さらに、春は、冬の間にとまった毒素を吐き出す時期でもあります。春にニキビや吹き出物ができやすくなるのも、老廃物を外に出そうとする作用の一つ。腸の中にたまった毒素も排出しやすくなり、腸内環境を

整えやすくなります。こうした内側のデトックスの流れは、心にも影響を及ぼし、心の老廃物も追い出すチャンスとなります。一方で、春ならではの活発なエネルギーの勢いに乗

れずに取り残されると、老廃物はいつまでもたまったままとなり、心のバランスが崩れやすくなるので、注意が必要です。

■春のエネルギーを「解毒」「代謝」へ

東洋医学では、春に「解毒」をするという考え方が何千年も前から重視されてきました。春になると解毒の役割を担う「肝」(肝臓)をいたわり、自律神経系や消化吸収を促すのが、東洋医学の基本の一つ。東洋医学と脳科学にもとづくダンワールドのイルチブレインヨガでは、体と心を無理なく春モードへと導くヨガを実践しています。ヨガ体操や呼吸・瞑想で自らのカラダと心を自然と調和させることで、春のエネルギーの芽吹きを「解毒」「代謝」へと着実につなげていきます。

■ブルガリ銀座タワー裏でヨガを

こうした東洋医学的なイルチブレインヨガのダイエットへのアプローチは、激しい運動をするよりも、実はたいへん効率がよく、ふだん仕事で忙しい男女にもぴったりです。春に起きやすいカラダや心のトラブルにもうまく対処することもできます。そんなイルチブレインヨガを初めて体験するのにぴったりなのが、銀座スタジオの3周年キャンペーンです。銀座スタジオは、銀座の名所の一つ「ブルガリ 銀座タワー」の裏にあり、たいへん便利でおしゃれな立地。銀座のオアシス的なスポットとして、様々な職業や年齢の方々に、癒しのヨガをご案内しています。ぜひ、入会金が無料となる3周年キャンペーンをご活用下さい。

□■□ イルチブレインヨガ銀座スタジオ4周年キャンペーン □■□

【入会特典】

- ・入会金無料
- ・1か月フリーパス1万円(通常月1万5700円)・・・入会后1か月間、スタジオに通い放題になります!
- ・入会者全員に著書『ふりふりダイエット』プレゼント

【キャンペーン期間】

4月1日～30日

【銀座スタジオについて】

ブルガリ裏の好立地。1Fがサンマルクカフェ

地下鉄 銀座駅 A13 出口 徒歩3分 銀座1丁目駅 9番出口 徒歩1分

東京都中央区銀座2-7-10 銀座ワカホ第2ビル 4階

03-6228-6835

オンライン予約

<http://ilchibrainyoga.com/studio/tokyo/ginzastudio>

+ + + + +

【イルチブレインヨガについて】

ダンワールドが展開するイルチブレインヨガ(ILCHI Brain Yoga)は、脳科学と東洋医学を融合させた体と心と脳のヨガです。脳教育を通じて脳を活性化し、心身の健康、幸せを実現します。ダンワールドジャパンでは、人生を充実させたいと願う人たちを対象に、「脳教育 BEST5」にもとづくILCHI チョンファ心性(真我発見)などの特別トレーニングを全国各地で提供しています。

▼イルチブレインヨガのスタジオ・教室情報はこちら

<http://www.ilchibrainyoga.com>

▼イルチブレインヨガの公式facebookページはこちら

<http://www.facebook.com/ilchibrainyoga>

▼イルチブレインヨガのイベント情報はこちら

<http://www.brainyoganews.jp>

【株式会社 DAHN WORLD JAPAN について】

ダンワールドジャパン(DAHN WORLD JAPAN、本社・名古屋市)は脳教育を専門とする健康・教育サービス企業です。1997年に設立され、最先端の脳教育理論に基づく「イルチブレインヨガ」のスタジオを全国100カ所以上で運営しています。

▼公式ホームページ: <http://www.dahnworld.co.jp>