

2013年5月31日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

イルチブレインヨガが6月に「夏ダイエット」キャンペーン☆むくみ解消で、心も体もリフレッシュ！

入会金が半額に！お得な「体験レッスン」も全国のスタジオで受付中

日本最大規模のヨガ教室「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6月、入会金が通常の半額になるキャンペーンを全国で実施します。キャンペーンのテーマは「夏までにダイエット！体も心も軽くなる！」。夏本番が近づくにつれて、むくみに悩む人が増えます。「顔が丸くなった」「脚のラインがふっくらとしてきた」。そんなトラブルは、イルチブレインヨガで対処を！カラダを内側から整えて心もリフレッシュし、前向きな私に！スッキリとした夏を過ごしましょう。



6月のキャンペーン

特典1
入会金 **半額**
(通常8,000円)

特典2
1ヶ月
フリーパス **10,000円**
(通常15,700円)
6月末日まで有効

カラダもこころも軽やかに
Change!

■夏にむくみやすくなる

ムシムシとした暑さが続くと、むくみが起こりやすくなります。湿度が上昇することで、いつもなら肌から蒸発するはずの水分が体内に停滞してしまうからです。そもそもむくみとは、体に余分な水分が溜まっている状態。血液やリンパ液などの循環が悪くなることで、

余分な水分が皮下組織に残り、老廃物とともに居座ってしまいます。だから、むくみは、美容的に悪いだけでなく、健康にもよくない影響を及ぼすのです。

■クーラーによる冷えにも要注意

むくみは、長時間立ったまま、あるいは座ったままの姿勢でいると、起こりやすくなります。体内の水分が重さで下半身に停滞してしまうためです。また、女性であれば月経前にもホルモンの関係でむくみやすくなります。さらに、冷房のつけすぎなどで体が冷えると、血行が悪くなり、水分の代謝がダウン。むくみを起こしやすくなります。

■ポイントは、筋肉と関節の「ほぐれ度」

むくみ解消のカギになるのが、「筋肉」と「関節」のほぐれです。体の隅々にある水分は、主に筋肉の力で循環します。しかし、筋肉が硬くなっていると、水分を動かす力が弱くなり、循環が悪くなります。とくに女性は、男性よりも筋肉量が少ないため、注意が必要です。また、関節が硬いのも、むくみの原因になります。血液やリンパのスムーズな流れが妨げられるからです。とくに足首の関節がかたくなっていると、脚にむくみを起こしやすくなります。

■イルチブレインヨガで夏のダイエット成功へ

イルチブレインヨガのヨガ・プログラムでは、硬くなっている関節や筋肉をほぐし、血液やリンパなどの流れをスムーズにしていきます。むくみが改善し、体も心も軽くなってリフレッシュ。ダイエットもしやすくなります。6月のイルチブレインヨガのキャンペーンは、通常 8,000 円の入会金が半額の 4,000 円になるほか、入会から 1 ヶ月間レッスンに通い放題となる「フリーパス」が月 10,000 円（通常 15,700 円）となります。さらに、公式サイトからの予約でレッスン体験の料金が通常より 1,000 円安い 2,000 円となります。ぜひ、この夏はイルチブレインヨガで、自分らしさ満開のスッキリ生活を送って下さい！

□■□ 6月のキャンペーン～夏までにダイエット！体も心も軽くなる！ □■□

入会金半額 4,000 円（通常 8,000 円）

1 か月フリーパス 10,000 円（通常 15,700 円）

まずはスタジオ体験！

公式サイトから予約で体験料 1,000 円割引 2,000 円（通常 3,000 円）

<http://ilchibrainyoga.com/studio>

+ + + + +

【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体験談はこちら

<http://www.brainyogavoice.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>