

2013年6月12日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

ダンワールドの呼吸法で、 極上のリラクゼーション体験

イルチブレインヨガ五反田スタジオが8周年で入会金が880円に

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7月1日から7月末まで、東京・五反田のイルチブレインヨガ五反田スタジオの8周年を記念して、同スタジオでの入会金が880円になるキャンペーンを行います。ジメジメと蒸し暑い季節になり、「休んでもなかなか疲れがとれない」「寝つきが悪い」とお悩みの方も多はず。脳をほぐすイルチブレインヨガの呼吸法とヨガ体操で、極上のリラクゼーションを体験してみませんか！？



■いつも神経が高ぶっていませんか？

いつも頑張っていらっしゃる皆さん。夏本番を控えて身も心も固まっていますか？休息や睡眠をとっているはずなのに疲れがとれないのは、いつも神経が高ぶっているからかも。自律神経の「交感神経」が優位になっていると、体が「安らぎモード」に入らず、リラックスできなくなります。とくに「夜に頭が冴えて眠れない」という人は、自律神経のバランスが崩れている可能性が大です。リラックスの神経である副交感神経が優位にならないと、脳と体の疲れがどんどんたまっていって

しまい、体の不調につながりやすくなります。

■夏の暑さでイライラ度がアップ

さらに、夏の暑さでイライラしたり、ストレスを感じたりすると、自律神経が一層乱れやすくなります。夏はどこへ行っても室内にエアコンがきいているため、体温調節の機能が低下しがち。体温調節を司る自律神経がアンバランスになれば、体力が低下し、簡単に夏

バテに陥ってしまいます。自律神経は、全身のさまざまな働きをコントロールしており、その働きが乱れると、免疫力も低下。風邪などの病気にもかかりやすくなります。

■体を深いところから解きほぐす

自律神経を整えるのに最も手軽な方法が、呼吸法です。イルチブレインヨガでは、東洋医学と現代の脳科学にもとづいて、体を深いところから解きほぐすための呼吸法を実践しています。イルチブレインヨガの呼吸法は、ストレスで緊張していた脳をほぐしていきます。さらに、ゆっくりと体のすみずみまで伸ばす簡単なヨガのポーズを行い、深いリラックス状態へと導き、心と体をリフレッシュします。

■「ヒーリングカード」もプレゼント！

7月に行われる東京・五反田のイルチブレインヨガ五反田スタジオの8周年記念キャンペーンでは、通常 8,000 円の入会金が 880 円になります。さらに、入会された方には、心と体を癒す「生命電子ヒーリングカード」をもれなくプレゼントします。お得なダブル特典です。この機会をぜひお見逃しなく！

□■□ 五反田スタジオの8周年記念キャンペーン □■□

特典1. 入会金 →8,000 円が 880 円に!!

特典2. 生命電子ヒーリングカードプレゼント!!

期間：7月1日～31日

☆イルチブレインヨガ五反田スタジオ☆

東京都 品川区西五反田 1-26-3 第2白井ビル 4F

03-5487-2235

オンライン予約

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

+ + + + +

【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>