

2014年2月28日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

イルチブレインヨガ3月のキャンペーン～呼吸 と瞑想でスッキリ BODY&ポジティブ脳へ

3月末まで！月会費もぐんとお安く！全国で「春からの健康生活」をサポート

ダンワールドが全国で展開するイルチブレインヨガは3月、新規入会がお得な「春からの健康生活応援キャンペーン」を行います。3か月フリーコースで入会すると通常8,000円の入会金が0円になるほか、月会費も大幅ディスカウント。季節が春へと移り変わるこの時期、「疲れたな」「だるいな」と思ったら、それは体や脳が弱っているという黄色信号。ゆったりとした呼吸と安らかな瞑想で、ネガティブな感覚をポジティブに切り替えましょう！



春 新しいこと始めよう！
キャンペーン
3月1日(土)～31日(月)まで

体質や習慣が変わる周期は約100日と言われています。
今だけのお得なコースでなりたいあなたに出会う春を！

期間限定	3ヶ月フリーコース 通常42,000円が	30,000円	なんと 2万円 お得！
	入会金 通常8,000円が	0円	

■脳は、どこよりも酸素を使う

生命は維持するうえで欠かせない私たちの脳。人間の脳は、高性能コンピュータよりもはるかに複雑かつ緻密にできていて、思考や創造など人間らしい活動もすべて脳が統括しています。その脳の働きを支えているのが、酸素です。脳は、体の中に取り込んだ酸素の20

～25%を消費するとされ、酸素なしでは機能しません。

■イルチブレインヨガの呼吸法

脳に酸素を供給するのは、呼吸の役目ですが、この呼吸の“質”を変えることで、脳の働きぶりを変えることができるのをご存じでしたか？ゆったりと深い呼吸を繰り返すことで、脳細胞の一つ一つに新鮮な酸素を取り込んでいくと、脳は着実に活性化していくとされます。脳がスッキリすれば、ストレスによる胸の奥の詰まりがとれ、ネガティブな考えもストップ。体内のよどみも吐き出されていきます。また、深い呼吸を通じて脳をエネルギーで満たすことで、自然治癒力も回復。全身のアンチエイジングが促されていきます。

■瞑想で心を解放

もう一つ、脳のヒーリング法として取り入れたいのが瞑想です。春先は、転勤や異動などに伴う環境変化で憂鬱な気分になる人が増えますが、瞑想で自分の内側を見つめることで、そんなネガティブな気持ちをリセットすることができます。マイナス思考になって心を閉ざしているのは、本来の自分の姿ではなく、胸の奥が詰まり、脳が疲労しているからです。瞑想をすることで、今の自分の状態を客観的にとらえ、抑圧された心を解放することができます。

■新感覚の脳ヒーリングエクササイズ体験のチャンス

全国のイルチブレインヨガのスタジオでは、東洋医学をベースとした伝統的な呼吸・瞑想と、脳科学に基づく脳ヒーリングエクササイズを組み合わせ、現代人にぴったりのシンプルなヨガトレーニングを実践しています。

3月の「春からの健康生活応援キャンペーン」では、3か月と1か月の2つのコースをご用意しました。3か月コースで入会すると、今ならなんと2万円のお得！体質や習慣が変わる周期は約100日と言われています。今だけのお得なコースで心ゆくまでトレーニングし、胸の奥にネガティブさのない爽快な気分を味わいませんか？このチャンスをお見逃しなく！

☆★☆☆ イルチブレインヨガ「春からの健康生活応援キャンペーン」 ☆★☆☆

3か月フリーコースで入会すると・・・

入会金：8,000円→0円！

3か月会費（通い放題のフリーコース）：42,000円→30,000円

1か月フリーコースで入会すると・・・

入会金：8,000円→4,000円

月会費（通い放題のフリーコース）：15,700円→10,000円

お近くのスタジオを検索↓

<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」のスタジオを直営店・加盟店を含めて全国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>