

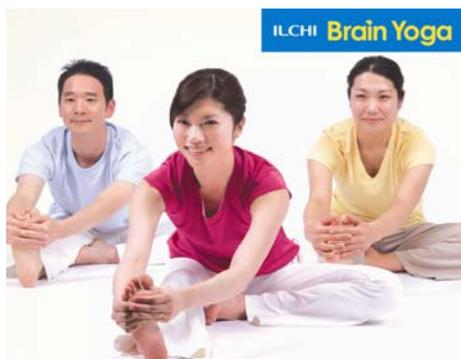
2012年4月25日

各位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

仕事の効率アップ、人間関係改善も イルチブレインヨガの脳教育トレーニング体験会 名古屋・八事

ダンワールドジャパンは5月19日、名古屋市昭和区のイルチブレインヨガ八事スタジオで、いま世界的に注目を集めている「脳トレーニングヨガ」の体験会を開催します。脳活性化を通してストレスを解消し、体と心、そして脳を健康にするイベントです。世界各地で実施している ILCHI 脳教育の瞑想や呼吸法のプログラムが体験できます。脳の無限の可能性を引き出し、柔軟でパワフルな思考と創造力を手に入れませんか？



■すべては脳の命令

現代の脳科学では、私たちの活動はすべて脳の命令によるものであることが分かっています。朝起きて顔を洗い、食事をとり、職場に向かい、友達と会話をする…。すべての行動は、脳からの命令です。私たちの心や体に起こる現象も、脳の作用によるものです。たとえば、脳が強いストレスを受けると、体と心に障害が出ます。脳がしっかりと機能することで、心や体の健康を保つことができるのです。

■脳トレーニングヨガとは

ダンワールドの脳トレーニングヨガは、脳を鍛えるヨガです。呼吸や瞑想、ストレッチ感覚でできる簡単な運動によって、緊張した体と心をリラックスさせ、脳に溜まっている老廃物を浄化。脳活性化を促します。それによって、全身の新陳代謝や血液循環が良くなり、人間が本来持っている自然治癒力が回復されます。脳がスッキリすることで、ネガティブな気持ちがポジティブに切り替わり、体だけでなく心まで元気にすることができます。

■呼吸法や振動トレーニング

ダンワールドの脳トレーニングヨガには、様々なメニューがあります。体内の気エネルギーの詰まりを解消する「呼吸法」や、腸の働きを活発にする「腸運動」、頭を振りながら瞑想する「脳波振動」(ネッパジンドン) などです。いずれも、ダンワールドの30年以上にわたる脳教育の研究及び実践と、東洋医学が結びついて開発されました。年齢、性別を問わず、誰にでも簡単にできるトレーニングです。

■脳トレーニングヨガの効果

脳トレーニングヨガを実践すると、身体の健康と、心の幸せが自然と引き出されます。脳が本来持っている能力が最大限に引き出されるため、仕事の効率がアップしたり、人間関係が改善されたりする効果も期待できます。



このほか、脳トレーニングヨガは次のようなことに役立ちます。

<生活習慣病の予防>

優れた運動効果で、生活習慣病の予防につながります。

<肩こりや腰痛対策>

慢性的な肩こりや腰痛の改善が期待できます。

<集中力や創造力のアップ>

脳に十分な血液やエネルギーを供給することで、集中力や創造力が向上します。

<人間関係を円満に>

緊張している体と心をリラックスさせることで、人間関係を改善します。

<ストレス解消>

瞑想を通して、心の安定を取り戻し、ストレスに対する免疫力を養います。

<ダイエット効果>

代謝をアップさせ、ダイエットにつながります。

■体験イベントの内容

5月19日に行われるイルチブレインヨガ八事スタジオの「脳がすっきり！脳トレーニング

ヨガ」は、脳教育の基本プログラムがひと通り体験できます。脳の活性化を通して、体の感覚が変わり、心が穏やかになって表情も明るくなり、人との会話も弾むようになります。レッスンの最後には、リラックスした瞑想状態で、ベストセラー中の瞑想ガイド『セドナ・メッセージ』の詩を聞いていただきます。

□■□ 脳がすっきり脳トレーニングヨガ □■□

日時：5月19日（土） 14～17時

場所：イルチブレインヨガ八事スタジオ

地下鉄名城線八事日赤駅1番出口から徒歩5分

参加費：1500円

内容：脳トレーニング体操や瞑想、呼吸法など

申し込み・問い合わせ：052-836-6567（八事スタジオ）

<イルチブレインヨガ八事スタジオ>

〒466-0815 愛知県名古屋市昭和区山手通3-10 グランウェスト八事 2階

営業時間 10～22時

定休日 月曜日・祝日

▼八事スタジオの情報はこちらから↓

<http://ilchibrainyoga-yagoto.com>

<http://blog.goo.ne.jp/yoga-yagoto>

+ + + + +

【イルチブレインヨガについて】

ダンワールドが世界中で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公式ホームページ

<http://ilchibrainyoga.com>

▼イルチブレインヨガのスタジオ・教室情報はコチラから

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

▼イルチブレインヨガイベント情報はこちらから

<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>

<本件に関するお問い合わせ>

株式会社ダンワールドジャパン 広報部

担当者: ツツミ ユミエ

TEL: 0120-924-360

TEL: 052-915-1117

FAX: 052-915-0310

E-mail : webadmin@dahnworld.co.jp
