

2012年12月19日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

## ダンワールドが豊田スタジオの5周年キャンペーン

### 1月は入会金無料に

イルチブレインヨガで心・体・脳をバランスよく活性化しよう！

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1月、愛知県豊田市のイルチブレインヨガ豊田スタジオで、入会金が無料になる「新年お年玉キャンペーン」を行います。同スタジオが5周年を迎えるのを記念したキャンペーンで、最初の1か月のレッスン受講料も大幅に安くなります。心・体・脳のバランスを整えるイルチブレインヨガで、2013年を健康づくり、幸せづくりの1年にしませんか。



#### ■便利だけど運動不足

現代人は、家電製品やパソコンなどハイテクな道具に恵まれ、自動車や鉄道などの高度な交通手段の恩恵を受けています。生活がとても便利になり、時間や労力に余裕ができて、快適で豊かに暮らしているはずですが、しかし、実際には、さまざまな体の不調に見舞われ、メンタルな面でもトラブルを抱える人が後を絶ちません。その原因として考えられるのが、体と心のアンバランスです。便利になった反面、体を動かす機会がめっきり減り、運動不足が顕著になっています。また、心の面でも、ストレスにさいなまれ、余裕を失っています。

#### ■健康とは「気」がめぐること

古代中国から伝わる東洋医学によると、私たちの体は気・血・水の3つによって支えられています。「気」は人間を生きる生命エネルギー、「血」は血液、「水」は体液、分泌液です。この3つが体中をしっかりとめぐることによって、健康が保たれるとされます。しかし、何らか

の原因でこの 3 つに過不足が生じたり、循環が滞ったりすると、病気になります。なかでも、気の内容はきわめて大事です。気がしっかりと全身を循環していれば、それに伴って、血や水もスムーズに流れるからです。

#### ■ストレスで血行不良に

生活環境にめぐまれている現代人がさまざまな不調を抱えるのも、気の流れに問題があるからだと考えられます。仕事や生活、人間関係のストレスによって気の流れが滞り、血行も悪化。慢性的な冷えや便秘、肩こりなどを引き起こしているのです。現代社会を健康に生きるには、まずは気血循環をスムーズにすることがカギになります。

#### ■脳活性を促すダンワールド

気血循環の改善を図るうえで忘れてはならないのは「脳」の存在です。心も体も脳によって支配されており、脳への働きかけをせずに、滞った気血の流れを滑らかにすることはできません。イルチブレインヨガは、東洋医学と、脳科学研究の成果を融合させた健康法です。その特徴は「体」と「心」、そして「脳」をバランスよく活性化すること。普段使わない筋肉を動かすことで、脳を目覚めさせ、脳波を安定させます。それによってネガティブな感情を取り払い、心の活力を取り戻します。さらに、ストレスによって閉じてしまった胸のツボを深い呼吸によって開き、心身をリラックスさせます。

#### ■「メンタルヘルス」をテーマにヨガ講座

イルチブレインヨガ豊田スタジオでは 1 月にスタジオ開設 5 周年を迎えるのを記念し、通常 8,000 円の入会金を無料にするキャンペーンを行います。さらに、最初の 1 か月のレッスン受講料も大幅に割引し、「お試しコース」なら 1 か月 (5 回まで) 7,000 円、通い放題のフリーパスは 1 万円になります。1 月 13 日 (土) には「メンタルヘルス」をテーマにワークショップも開催。この機会に、心と体を健康へと導くイルチブレインヨガをじっくり体験して下さい！

#### ■ 豊田スタジオの 5 周年記念キャンペーン ■

(1) 入会金無料

(2) 最初の 1 か月

・お試しコース (5 回まで)・・・7,000 円

・通い放題フリーパス・・・1 万円

※どちらかをお選びいただけます。

#### ■ 豊田スタジオの 1 月の体験講座 ■

テーマ：メンタルヘルス

日時：1月13日（土）14:00～16:30

講師：竹村久代（ILCHI チョンファ心性プログラム認可トレーナー）

電話 0565-34-5556（9:00～22:00）

オンライン予約

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

場所：イルチブレインヨガ豊田スタジオ

（愛知県豊田市小坂本町1丁目、8-7 ベルトピア豊田 I、6階）

+ + + + +

#### 【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>