

2013年1月18日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

## 脳活性化で 2013 年を<希望の年>に☆ イルチブレインヨガがサポートします！

今注目の「ブレインスクリーン」が体験できる講座を奈良・橿原で開催

奈良県橿原市のイルチブレインヨガ橿原スタジオは1月19日(土)、20日(日)、26日(土)、27日(日)、夢や目標を実現させるための脳トレーニングとして注目されている「ブレインスクリーン瞑想」の体験講座を行います。瞑想しながら自分の成功している姿を思い浮かべることで、脳の潜在能力を最大限に引き出すトレーニングが体験できます。2013年は、あなたを変えるチャンス！イルチブレインヨガの脳トレエクササイズで、願いを叶えましょう！



### ■ブレインスクリーンとは

新年を迎え、「2013年を希望に満ちた年にしたい」「明るい年にしたい」と思っている方は多いと思います。そんな方に是非おすすめしたいのが、イルチブレインヨガの「ブレインスクリーン」という脳トレーニング。脳の潜在能力を引き出すための瞑想プログラムです。ブレインスクリーンでは、頭の中に四角いスクリーンを思い描き、そこに自分が成功している姿や、自分の目標が達成されているシーンを写し出します。それにより、脳の集中力や創造性、生産性を高めていき、最高のパフォーマンスを引き出します。

### ■ブレインスクリーンの効果

ブレインスクリーン瞑想の大きなメリットは、自己実現の姿を想像することで、否定的な考えや雑念が浮かばなくなることです。私たちは、何かに新しく挑戦する時に、自ら「できないような気がする」と先に断定してしまう傾向があります。しかし、こうした否定的

な考え方や固定観念が、脳の本来の力を発揮するうえで妨げとなります。ブレインスクリーンを活用することで、脳の中でポジティブなイメージが溢れます。その結果、脳波が安定して脳のコンディションが良好な状態になり、集中力、記憶力、決断力、観察力、直感力、洞察力などがぐんとアップします。

■6周年で参加費は600円

奈良県橿原市のイルチブレインヨガ橿原スタジオでは、新年の特別イベントとして、ブレインスクリーン瞑想に特化した講座を企画しました。ブレインスクリーン瞑想によって、新年の目標やビジョンをしっかりと定め、その実現に向けて脳をしっかりと始動させていただきます。瞑想の初心者の方でも、しっかりと学ぶことができます。橿原スタジオの開設6周年を記念し、参加費はわずか600円。日程は、1月19日(土)、20日(日)、26日(土)、27日(日)の中から、お好きな日取りをお選びいただけます。

□■□ 橿原スタジオの脳トレエクササイズ講座 □■□

<ブレインスクリーン講座>

テーマ：新しい年の目標探し♪ブレインスクリーンレッスン

内容：脳波振動、ビジョン瞑想など

日時：1月19日(土)、20日(日)、26日(土)、27日(日)

<デトックス講座>

テーマ：年末年始の食べ過ぎスッキリ！腸のデトックスレッスン

内容：腸運動など

日時：1月22日(火)、23日(水)、29日(火)、30日(水)

<ブレイン体操講座>

テーマ：休み明けの仕事の疲れをいやす肩、腰スッキリレッスン

内容：ブレイン体操、脳活性化ヨガなど

日時：1月24日(木)、25日(金)、31日(木)

費用：各600円

会場：イルチブレインヨガ橿原スタジオ

(奈良県 橿原市 内膳町 5-2-33 中和八木ビル 4F)

お問合せ：0744-21-0330

オンライン予約

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

+ + + + +

### 【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>

▼イルチブレインヨガのトレーニングはこちら

<http://www.brain-training.jp>

▼イルチブレインヨガのイベント情報はこちら

<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>