

2013年6月20日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

イルチブレインヨガで、骨盤のゆがみを整えよう！

大阪・京橋スタジオが11周年で入会金「1,111円」のキャンペーン

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、大阪市都島区のイルチブレインヨガ京橋スタジオが11周年を迎えるのを記念して、7月末まで同スタジオで新規入会キャンペーンを行います。通常8000円の入会金が1,111円に。さらに、入会初月の会費（フリーパス）が10,000円（通常15,700円）になります。イルチブレインヨガは、脳という私たちの“宝物”を目覚めさせることで、心身のゆがみを整えていくホリスティック・エクササイズ。肩こりや腰痛の原因となる骨盤のゆがみにも効率よくアプローチできます。京橋スタジオのキャンペーンを是非ご活用下さい！



■骨盤のゆがみが「肩こり」「腰痛」に
肩こりや腰痛を訴える人は年々増えて
います。デスクワークが増えたことで、
20代から肩のこりや腰の張りに悩む
人も目立つようになってきました。最近、
肩こりや腰痛の原因として注目されて
いるのが「骨盤」のゆがみです。骨盤
がゆがむと、それにつながる背骨もゆ
がみやすくなり、筋肉や神経が圧迫さ
れる恐れがあります。そうすると、血

液やリンパの流れが悪化し、老廃物がうまく排出されなくなり、肩や腰に痛みを感じやすくなるのです。

■内臓にも悪影響

骨盤のゆがみは、美容やダイエットにもマイナスです。骨盤がズレていると、全身の筋肉にかかる力のバランスが崩れてしまいます。その結果、力がかからない部分に脂肪が付きやすくなります。さらに、背骨がゆがむと自律神経にも影響するため、精神的に不安定に

なりやすく、イライラや過食、めまいなどが起こることもあります。このほか、骨盤の内側には腸や膀胱、女性であれば子宮や卵巣といった内臓が入っています。このため、骨盤がゆがむと、婦人科系のトラブルに見舞われやすいとされます。

■仙骨がまっすぐ立つ

骨盤のゆがみを解消するためには、骨盤周辺の筋肉の緊張をほぐし、姿勢を整えていくことが大切です。イルチブレインヨガの脳活性化ヨガ・トレーニングでは、体と脳を刺激するストレッチで、全身の筋肉をリラックスさせていきます。呼吸法や瞑想でおへその下（丹田）にエネルギーと力を集中させることで、骨盤の一部である「仙骨」が床に対してまっすぐ垂直に立つようになり、姿勢がピンと伸びます。ふだんから良い姿勢が保てるようになり、骨盤のゆがみが整えられていきます。

■フリーパスが大幅割引に

そんなイルチブレインヨガの脳活性化ヨガが体験できるスポットの一つが、11周年を迎えるイルチブレインヨガ京橋スタジオです。京橋スタジオは、JR、京阪、鶴見緑地線の「京橋駅」から徒歩3分。たいへん通いやすく、明るい雰囲気ヨガスタジオです。7月末まで行われる11周年キャンペーンでは、通常8000円の入会金が1,111円になるほか、入会から1か月間スタジオに通い放題になる「フリーパス」が10,000円になります。まずは、体験レッスンでイルチブレインヨガを体感して下さい！

□■□ イルチブレインヨガ京橋スタジオ 11周年記念キャンペーン □■□

<特典>

入会金：11周年を記念して、1,111円に！（通常8,000円）

1か月フリーパス：10,000円（通常15,700円）

イルチブレインヨガ京橋スタジオ

大阪府 大阪市都島区 東野田町 2-9-23 晃進ビル 3階 A室

06-6242-8766

オンライン予約

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

+ + + + +

【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>