

2021年6月7日  
株式会社IGNITE

---

## 人気ヨガスタジオ IGNITE YOGA STUDIO が 学びのコミュニティー「STUDY with IGNITE」を開設！

### 第一弾として資産運用の基礎知識を4週間かけて学ぶ オンライン講座を開催しました

---

株式会社IGNITE（株式会社IGNITE（本社：東京都渋谷区神宮前 5-16-13 Six Harajuku Terrace 2F 代表取締役：エドワーズ寿里）が運営、主宰するIGNITE YOGA STUDIOは学びのコミュニティー「STUDY with IGNITE」を開設いたしました。活動第一弾として、総合マネースクールであるファイナンシャルアカデミー（本社：東京都千代田区、代表：泉正人）との特別コラボレーション企画『未来を変えるマネーレッスン feat. Juri Ko Edwards』を2021年4月11日(日)・4月25日(日)・5月9日(日)に開催いたしました。



IGNITE YOGA（イグナイトヨガ）はエドワーズ寿里が2017年より主宰するヨガプログラムです。ヨガをより効率よく現代的にしながら、ヨガだからこそ得ることができる心と体への効果や、マインドフルで充実したライフスタイルを大切にしています。東京・原宿にスタジオを構える他、オンラインスタジオも運営。コロナ禍においてもインスタグラムでハワイよりヨガのライブ配信も行うなど、エドワーズ寿里のライフスタイルとともに多くの方に支持されています。

またIGNITE YOGAでは、ヨガの教えに基づいた知識や、ポーズの習得だけではなく、IGNITE YOGAを通して自分らしい人生を築いていくことを目指すきっかけや、コミュニティーの仲間とともに、自分自身を高め合う場所であって欲しいというエドワーズ寿里の想いより、学びのコミュニティー「STUDY with IGNITE」を2021年3月に発足。その第一弾として、総合マネースクールであるファイナンシャルアカデミーとともに、『未来を変えるマネーレッスン feat. Juri Ko Edwards』を2021年4月11日(日)・4月25日(日)・5月9日(日)に実施いたしました。

これまでお金について真剣に向き合ったり学んだことがなかった人でも、楽しみながら「お金の教養」を身につけられることを目標に開催した当講座には、エドワーズ壽里も参加。一受講生となり、全3回のオンラインレッスンとセルフワークを通して、自分自身のお金と向き合い、これからの時代に不可欠なお金との付き合い方や資産運用の基礎知識を学びました。

IGNITE YOGAはこれからも、「STUDY with IGNITE」の活動を通じ、様々なテーマを掲げた学びの場や自分の心と向き合う時間を提供していきます。ヨガを通して気持ちよく体を動かし、ストレスやネガティブなエネルギーから解放されるだけでなく、学ぶことを通じて今まで触れてこなかった知識を得ることで、今まで以上に自分の本質と繋がることができるライフスタイルの提案を目指していきます。

## ■「STUDY with IGNITE」第一弾『未来を変えるマネーレッスン feat. Juri Ko Edwards』概要

※当講座は終了しております。

### <受講後のゴールイメージ>

- ◇ お金の不安や問題を生み出しうる固定概念を捨て「ポジティブな感覚」が持てている。
- ◇ お金を人生の味方にできる「思考法」を身につけられている。
- ◇ 自分のアイデンティティにあった「増やし方の選択」ができています。

### <日程>

2021年4月11日(日)・4月25日(日)・5月9日(日)

### <内容>

- ◇ Vol.1 お金の教養／資産運用の基礎知識
- ◇ Vol.2 お金のマインドセット／株式投資を学ぼう
- ◇ Vol.3 お金の習慣づくり／不動産投資を知ろう

### <専属チューター>

小野原 薫（おのはら かおる）

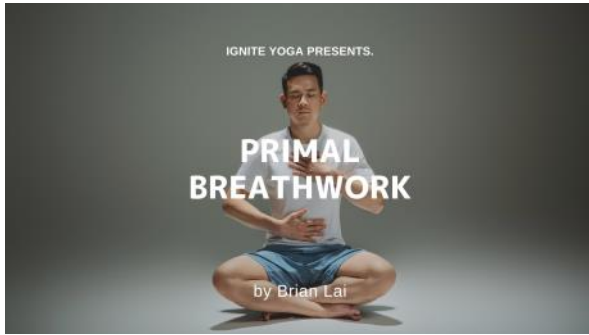
ファイナンシャルアカデミー認定講師・ファイナンシャルプランナー

大手証券会社でキャリアを重ねる中で、中立的なマネーリテラシーをもっと多くの人に伝えたいと、ファイナンシャルアカデミー講師に転身。自らの経験も活かした明るくわかりやすい授業は、お金について初めて学ぶビギナー層に特に人気。現在は、社会人向け講座はもちろん、女子高での授業やYouTube ライブ、また各種メディアでのコメントなど、幅広い形で発信を行っている。

## ■「STUDY with IGNITE」の活動予定

### 呼吸のワークショップ Primal Breathwork by Brian Lai

日常で常は無意識に行なっている呼吸。日常で実践しすぐに効果を実感できる呼吸のテクニックや、呼吸法によって自分自身をコントロールする方法を学ぶマスタークラス。ブレスワークを通して、自分自身の未来を創造し目標や夢を達成させ、3ヶ月後の自分自身の呼吸を分析し評価していきます。



## 第1回 2021年5月30日(日) 14:00-15:30

- ◇ブレスワークにおける基本要素の紹介～呼吸法の基礎～
- ◇アセスメント（自分自身の呼吸を分析・評価）
- ◇日常で実践しすぐに効果を実感できる呼吸テクニック
- ◇目的別の呼吸テクニック（ストレスへの対処、回復力向上、エネルギーコントロール、免疫促進、睡眠の質向上 etc.）

## 第2回 2021年6月27日(日) 14:00-15:30

- ◇ブレスワークの技術と科学
- ◇呼吸法にその他のツールを取り入れ、自分自身の内面（精神、身体、感情）をコントロールする方法
- ◇心身の健康を維持、増進するために呼吸法やその他のツールをどのように活用すればよいか

## 第3回 2021年7月25日(日) 14:00-15:30

- ◇自分自身の未来を創造し目標や夢を達成するためのブレスワーク
- ◇自分自身の内面とより深く向き合うための実践
- ◇タッピングと呼吸テクニックを融合し心の壁を打ち破る方法
- ◇アセスメント（3カ月を通して自分自身の呼吸を分析・評価）

<金額> ¥4,000/回 ¥10,000/3回受講

### <講師> Brian Lai

自身の心身の不調と向き合い、その改善を模索するなかでブレスワークに出会う。呼吸テクニックや人間の限界超越を目指した鍛錬によって数々の世界記録を保持していることで知られるヴィム・ホフに師事。2015年よりヴィム・ホフのもとでトレーニングを始め、アジア初のヴィム・ホフメソッド公認指導者として従事する。パトリック・マッケオン、ダン・ブルーレイ（トニー・ロビンズや米海軍特殊部隊の呼吸法コーチ）をはじめとする世界的に有名な指導者たちと共に、呼吸テクニックの探求とトレーニングを継続している。快適な呼吸によって人々がより豊かな人生を送るための手助けをすることを使命とし、香港を拠点にアジア全域で活動している。

<参加方法> [https://igniteyoga.jp/event\\_workshop2/](https://igniteyoga.jp/event_workshop2/)

## ■エドワーズ壽里について



IGNITE YOGA 主宰。東京で生まれ育ち、大学時代を過ごしたカリフォルニアでヨガに出会い、ハワイに移住後ヨガインストラクターとなる。2015年から lululemon Japan ローンチに携わり、イベント戦略に従事。2019年アジア初のルルレモン「カントリーアンバサダー」に抜擢され、活動の場を世界へと広げる。カリフォルニアやハワイで得た世界観を生かし、クリエイティブにさまざまなイベントやプログラムをプロデュースしながら、ヨガやマインドフルネスの新しい形を次々と提案し続けている。現在は、自身が出演するイベントのプロデュースやアスリートのマインドフルネスコーチとして活動の場を広げながら、自身のスタジオ IGNITE YOGA STUDIO in Harajuku、IGNITE YOGA ONLINE STUDIO を手がける。

◇ IGNITE YOGA 公式ホームページ：<https://www.igniteyoga.jp/>

◇ Juri Ko Edwards インスタグラム：<https://www.instagram.com/jurikooo/>

### ◇お問い合わせ◇

株式会社 IGNITE 広報 PR

TEL : 03-6427-6939 E-mail : [igniteyoga-pr@igniteworks.jp](mailto:igniteyoga-pr@igniteworks.jp)