

2013年4月19日

各 位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

イルチブレインヨガの瞑想で “脳力” をぐんとアップ

大阪・天王寺スタジオが7周年で入会金無料のキャンペーン

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5月、大阪市阿倍野区のイルチブレインヨガ天王寺スタジオが開設7周年を迎えるのを記念して、天王寺スタジオの入会金が無料となるキャンペーンを行います。天王寺スタジオは、イルチブレインヨガのフランチャイズ1号店として誕生し、脳活性化ヨガの普及の先駆けとなったスタジオ。脳の本来の力を引き出す「瞑想」をマスターできるスポットとしても人気があります。7周年キャンペーンでは、入会金免除に加えて、初月のレッスン料がぐんと安くなる特典もあります。このチャンスをお見逃しなく！



■現代人に求められる高度な“脳力”

みなさんは毎日、キツキツのスケジュールで生活していませんか？現代を生きる私たちは、限られた時間のなかで数多くのことをこなさなければなりません。とくに仕事では、一つの作業に没頭していればいいわけではなく、常に複数のことを同時に進めていく「マルチタスク」が求められています。このため、集中力や思考力、実行力など、様々な能力（脳力）を養うことが必要になっています。

■瞑想は脳にプラス！

マルチタスクな脳を育てるのに役立つのが、瞑想です。最近の脳科学の研究では、瞑想をすることで、脳の多面的な機能が伸びることが分かっています。カルフォルニア大学ロサ

ンゼルス校 (UCLA) では、瞑想を行っている 50 人と行わない 50 人の脳を比較する研究を行いました。その結果、瞑想を行っている人の脳の方が、大脳皮質にあるシワ (脳回) が多いことが分かりました。脳回が多いほど情報処理力が速いとされており、研究チームは「瞑想を続けていると、自分自身を見つめて感情をコントロールする習慣ができるため、脳にプラスになる」と結論づけています。

■ イルチブレインヨガ式の瞑想

瞑想は、ヨガの中でもっとも重視されているトレーニングです。瞑想を行うと、雑念が抑えられ、自分の内側に集中することができます。日々複雑な仕事や人間関係、そして、あふれる情報に振り回されがちな現代人にとって、瞑想で頭を整理し、脳をリフレッシュさせるメリットは大きいです。イルチブレインヨガでは、脳を活性化させることに重点を置いた瞑想プログラムを実践しています。瞑想で脳の集中力や記憶力を高め、精力的に仕事をこなせる「パワーブレイン」を構築していきます。

■ 「フリーパス」が 10,000 円

イルチブレインヨガの瞑想を学ぶのにぴったりなのが、大阪市のイルチブレインヨガ天王寺スタジオです。大阪市南部の天王寺にあり、近くには 2014 年には日本一高い商業ビルが完成予定。スタジオは 20~60 代の人たちでにぎわっており、朝は主婦、夜は仕事帰りの OL、ビジネスマン、ヘルパーさんや鍼灸師、看護師さんなど様々な職種の人たちがトレーニングに励んでいます。5 月でスタジオ開設から 7 周年を迎えるのを記念して行われるキャンペーンでは、入会金が無料 (通常 8,000 円) になります。また、入会后 1 か月レッスンに通い放題になる「フリーパス」が 10,000 円 (通常 15,700 円) になります。たいへんお得な特典です。

□■□ 天王寺スタジオのオープン 7 周年記念キャンペーン □■□

入会費通常 8,000 円⇒0 円

フリーパス通常 15,700 円⇒10000 円

※ 5 月末までに入会の方

<ヒーリングワークショップも開催>

日時：4 月 29 日(月)、5 月 3 日(金)

※時間はスタジオに直接お問合せください

参加費：1000 円 要予約

※体験レッスンは随時受け付けています。お気軽にお問合せください。

イルチブレインヨガ天王寺スタジオ

大阪市阿倍野区 旭町 1-1-9 ヨドノビル 3F

06-6632-0444

オンライン予約

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

+ + + + +

【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>