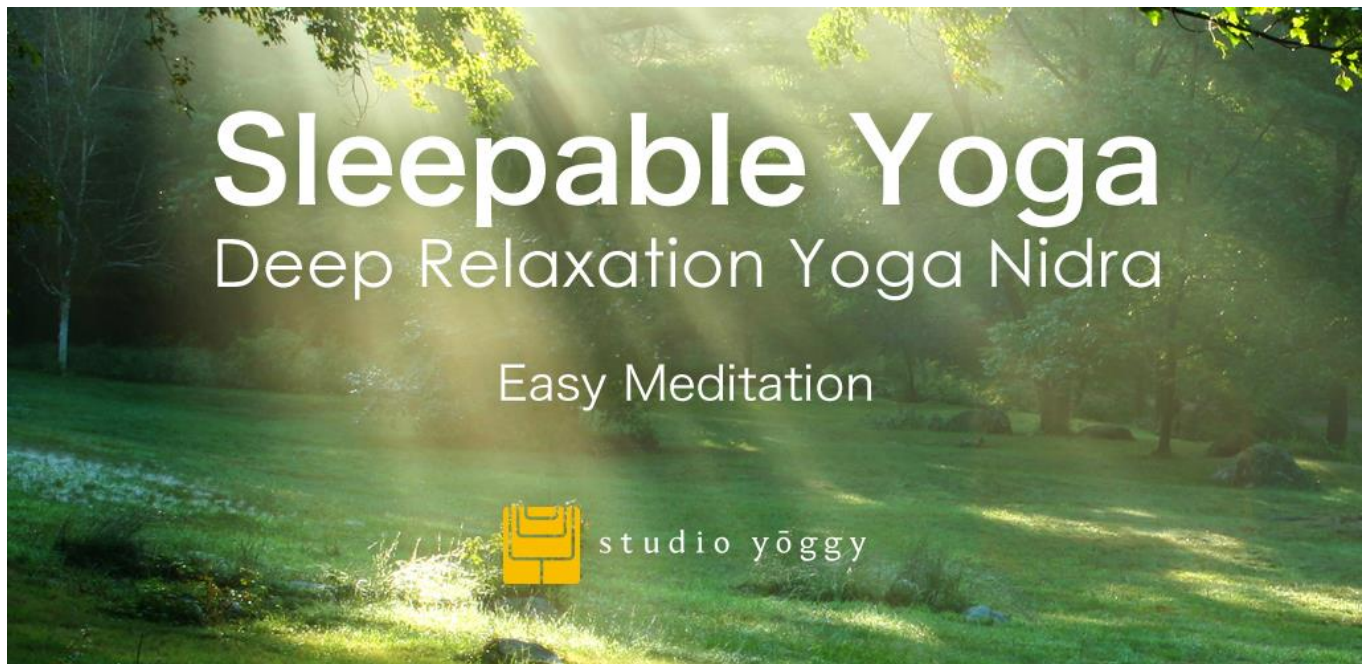


2018年1月17日

iOS、Android 版アプリ「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」 英語版提供開始

～“寝落ち続出”と口コミで話題のアプリが海外展開～

エキサイト株式会社が運営する、音を聴きながら手軽にヨガができるスマートフォンアプリ「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」は、iOS、Androidにて英語版「Sleepable Yoga:Easy Meditation ～Deep Relaxation Yoga Nidra～」を2018年1月17日(水)より全世界へ提供を開始致します。



「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」は、音声ガイドに従うだけで寝ながら深いリラクゼーション効果を得ることが出来る、ヨガアプリです。ヨガニドラーと呼ばれるヨガ瞑想はもちろん、最近話題にもなっているマインドフルネス瞑想の要素も含まれ、初心者でも簡単に瞑想を行うことができます。“寝落ちの声続出”というほどのリラックス効果と満足度の高さから支持するユーザーによる口コミで広がり、日本国内で累計 160 万ダウンロードを突破致しました。

昨今、世界的にもマインドフルネス(瞑想)は医療の分野からビジネス・教育・スポーツの分野にまで浸透し、海外の多くの著名人が実践している事で話題を集めております。そこでエキサイトはこれまでの国内向け日本語コンテンツの提供に留まらず、より大きな市場である海外でのユーザー獲得を目指し、「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」を英語版にローカライズして海外展開することと致しました。

今後は全世界の方々に快眠のサポートとしてご利用頂けるよう、より多くの言語に対応出来るよう展開を進めてまいります。

■英語版アプリの基本情報

アプリ名 : Sleepable Yoga:Easy Meditation ～Deep Relaxation Yoga Nidra～

提供価格 : 無料(有料コンテンツを利用する場合は別途料金の支払いが必要です。)

掲載カテゴリ : Health & Fitness

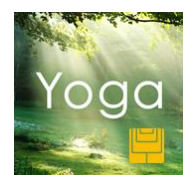
対応端末 : iOS 9.0以上のiPhone/iPod touch及びAndroid OS 4.1以上のAndroid端末

著作権表記 : (C)LOHAS International, Inc. / (C) Excite Japan Co., Ltd.

URL : App Store = <https://itunes.apple.com/app/id505930723>

Google Play = https://play.google.com/store/apps/details?id=jp.co.excite.netamanma_yoga

※google Playのアプリ詳細ページについては、使用する端末の言語設定により、日本語、英語版の表記になります。



■コンテンツの概要

Sleepable Yoga

Introduction

Relax

This is a guided body scan meditation where we focus on relaxing each part of the body.

Nature's Grace

Peace in your heart

The images of nature help to relax the mind and body.

Chakra Meditation

Keep the balance

Meditative yoga imbuing your being with a sense of harmony.

Prana Relaxation

Balance the energy

This module focuses on the vital force of the "prana" that will give

Healing & Recovery

Healing & Recovery

Recovery

Recover from fatigue and stress by tapping into your ability to heal yourself.

This program is recommended for increasing self-healing and for creating a connection between the mind and body through rich imagery and fostering a feeling of inner harmony. You will be guided through a guided visualization to empower your imagination, tap your vital energy and to leave you in a state of balance and harmony.

Written by Kao


※The beginning part is similar to 'Nature's Grace'.

🕒 36:49

Program Flow

Preparation

Dim the lights in your room and lie down on your yoga mat, bed or the floor. It is good idea to keep a blanket by your side, in case you need to keep your body warm. Keep your arms and legs apart in symmetrical position while resting in Savasana (relaxation pose). This practice can also be done while sitting in a chair.



↓

Create an Intention (Samkalpa in Sanskrit)

You will create a short and simple statement or resolution that

- Introduction (無料)
- Nature's Grace (無料)
- Chakra Meditation (有料)
- Prana Relaxation (有料)
- Healing&Recovery (有料)

■コンテンツ開発

コンテンツを開発したのは、全国展開するヨガスタジオ「スタジオ・ヨギー」のエグゼクティブ・ディレクター キミ (今津貴美)。インストラクター養成コース(トレーニング)の開発や、著書、監修を数多く務めています。今回の英語版ナレーションは、ニューヨークで活躍するヨガインストラクターで、メモリアル・スローン・ケタリング癌センターでマネージャーを務め、ヨガセラピストとしても活動するララ・ベヌーシスが担当。

*文中に記載されている会社名、商品名、サービス名は、各社の登録商標または商標です。

本件に関するお問い合わせ・取材等のお申込み先 (リリース: <http://corp.excite.co.jp/news/>)

エキサイト株式会社 広報 今田/田邊

TEL: 03-6450-2732 FAX: 03-6450-2754 E-mail: press@excite.jp