

2012年1月20日

各位

株式会社 DAHN WORLD JAPAN

## 心と体を元気にする呼吸瞑想体験会 ダンワールドが兵庫県明石市で開催

イルチブレインヨガは、2月4日（土）と19日（日）、兵庫県明石市の明石スタジオで、脳ヒーリングヨガの体験会を行います。呼吸法や瞑想法、脳体操で体を芯から温め、免疫力をアップさせます。3周年を記念し、参加費はわずか333円です。イルチブレインヨガで、真冬の寒さや風邪ウイルスを吹き飛ばして下さい。

### ■癒しのヨガ



明石スタジオの体験会は、同スタジオが2月1日で開設3周年を迎えるのを記念した特別企画です。テーマは「脳ヒーリングヨガ」。体を動かしながら脳を活性化させ、心と体のバランスを整えます。講師は、明石スタジオの薪浦英実（まきうら・ひでみ）チーフインストラクターです。ヨガ初心者の方や体が硬い人でも簡単にできるヨガをやさしく指導します。体験レッスンは通常3000円ですが、3周年を記念して333円になります。

### ■セドナ生まれの瞑想法

体験会で学べるトレーニングの一つが、世界最大級のパワースポット、米セドナで開発されたヒーリング・チャクラ瞑想です。セドナに住み、セドナを拠点に活動する世界的な脳教育者、一指 李承憲（イルチ イ・スンホン）氏がセドナのパワースポットで生み出した

瞑想法です。いまアメリカで最も注目されているヒーリング手法です。

#### ■呼吸法

もう一つの目玉が、呼吸法です。イルチブレインヨガの呼吸法は、さまざまなポーズをとりながら、体の中心である丹田（たんでん）にエネルギーを集中させる「ヘンゴン」です。体を温め、免疫力をアップさせる効果が期待できます。イルチブレインヨガの呼吸法は8段階に分かれているため、初心者向けのトレーニングはとてもやさしい内容です。

#### ■脳波振動

体験会では、脳波振動も紹介します。脳波振動は、イルチブレインヨガの基本的なトレーニングの一つで、体を振動させることで、脳波を安定させ、否定的な感情を取り除くことができます。イギリスのロンドン大学などの学術研究で、ストレスの解消やうつ症状の改善に効果があることが立証されたプログラムです。

#### ■明石スタジオ

イルチブレインヨガ明石スタジオは、JR 大久保駅（明石市）の駅前ロータリーに面したビルにあり、アクセスが非常に便利です。1階にドコモショップが入居する「KMビル」の最上階（6階）で、景色のきれいな窓ばりのトレーニングルームです。営業時間は朝 10 時から夜 10 時まで。トレーニングは 10 時半、14 時半、19 時半から各 70 分です。老若男女どなたでも気軽にご参加いただけます。

#### ■2月入会ならベストセラー本をプレゼント

明石スタジオでは、3周年を記念して、2月中に入会された方にもれなく、李承憲氏の新著『セドナ・メッセージ』をプレゼントします。李承憲氏がセドナで開発した最新の瞑想法やセドナのパワースポットから湧き出るエネルギーと交流する方法などが紹介されており、アマゾンの本のベストセラー総合 1 位になった単行本です。

☆☆☆★☆☆ 明石スタジオ イルチブレインヨガ体験会 ☆☆☆★☆☆

日時： 2月4日（土）14時30分～16時30分

19日（日）14時30分～16時30分

参加費：333円

予約・問い合わせ：078-934-5630（要予約）

場所：イルチブレインヨガ明石スタジオ

住所：兵庫県明石市大久保町13-1 KMビル602

講師：薪浦英実（明石スタジオチーフインストラクター）



### 【イルチブレインヨガについて】

ダンワールドが世界中で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・教室情報はコチラから

<http://www.ilchibrainyoga.com>

▼イルチブレインヨガの体験はコチラから

<http://ilchibrainyoga.com/reserv/yoyaku.html>

### 【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>

---

### ＜本件に関するお問い合わせ＞

株式会社ダンワールドジャパン 広報部

担当者: ツツミ ユミエ

TEL: 0120-924-360

TEL: 052-915-1117

FAX: 052-915-0310

E-mail : webadmin@dahnworld.co.jp

---