

ブレイン キレイになる脳ヨガ

誰でもできるやさしいヨガ

LCHI Brain Yoga

体のつまりをほぐして「姿勢」「ゆがみ」を整える

ぽっかぽか 体験キャンペーン

通常3,000円をチラシ持参の方

今月末まで先着15名様限定

要予約 **¥1,000**

体験内容

ブレインヨガ体験(70分)



腸デトックスセラピー(15分)



手のひらでお腹を
ほぐし、腸の中に
たまった老廃物を
デトックスします。
(15分)
便秘に効果大。

こんな方に
オススメ!

リラックス
ストレス解消
感情コントロール
人間関係の改善

Mind[心]

集中力UP
潜在能力を引き出したい
直感・洞察力を磨きたい
右脳を活性化

Brain[脳]

代謝UP
むくみ・冷え性改善
肩こり・腰痛・・・
自然治癒力・免疫力UP
ダイエット

Body[体]

ご予約・お問合せはお気軽にどうぞ!

☎086-234-8356

岡山 イルチブレインヨガ

岡山県岡山市北区幸町8-21 北区幸町ビル4階

岡山 イルチブレインヨガ

検索

駐車券サービス有



あなたの「脳」は大丈夫?



健康セルフチェック

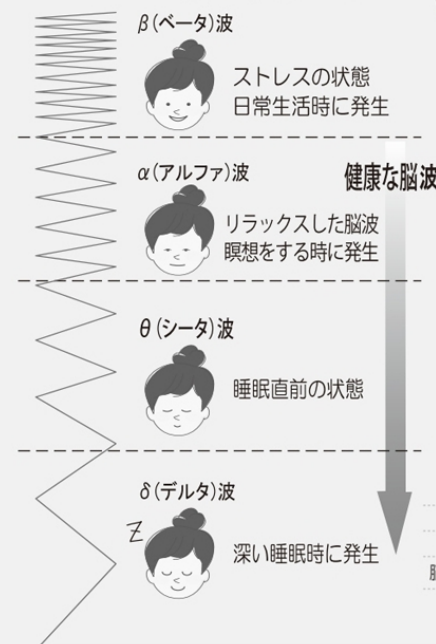


- ☐ 頭痛が頻繁にあり、不眠症である。
- ☐ 腰が痛く、下痢または便秘がある。
- ☐ 風邪をひきやすい。
- ☐ 心臓がドキドキすることがあったり、息苦しさをよく感じる。
- ☐ いつも緊張している。
- ☐ ささいなことにも敏感で神経質である。
- ☐ 不満足が多い。
- ☐ 冷や汗が多く、めまいがする。
- ☐ 首や肩がこり、よく目が疲れる。
- ☐ 胃が痛くて、消化不良をおこすことがある。
- ☐ 朝まで疲れが残り、仕事に意欲がない。
- ☐ 感情の起伏が激しい。
- ☐ 集中力がなく、無気力である。
- ☐ 人前に出るのが嫌で、対人恐怖症の傾向がある。

*このチェックをしてスタジオにお持ちいただくと、健康カウンセリングをいたします。



あなたの体の状態が
脳の状態です!



腸の悪い方に
腸チェックしています。
お気軽に
お問い合わせ下さい。



世界的な神経科学分野専門誌
「ニューロサイエンス」7月号に、
ILCHI ブレインヨガのトレーニング、
脳波振動の効果に関する論文が掲載されました!

クラススケジュール

| | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 | 日 |
|-------|---|---|---|---|---|---|---|
| 10:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 11:00 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 14:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 18:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |
| 19:30 | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ | ○ |

※お問合わせは、体験時間または定額制のどちらでも可。

岡山東スタジオ ☎086-942-5113

福山スタジオ ☎084-922-8292

高松スタジオ ☎087-851-2890

倉敷スタジオ ☎086-424-3115

男女問わず、若い方からシニアまでOK!の全国展開の最大級ヨガスタジオグループです。