

どんなことをするの？

思ったたヨガと違う!?



トライアルシート記入



ブレイン体操

体の柔軟性が高まり、血液と
気エネルギーのめぐりがよくなり
心身の活力を生み出します



呼吸法

イルチブレインヨガ独自の呼吸法で
体も心もリラックスし
エネルギーチャージできます



ブレイン瞑想

複雑な脳波が安定し、バランスが
取れることにより夢を実現する
パワーが高まります



オーラチェック または 腸チェック

現在のエネルギー状態や体の
バランスなどをチェックします

ai hanasaka
1件のクチコミ

★★★★★ 1か月前

ずっとジムでヨガを時々受けていました。胃腸の調子が悪くなったのをきっかけに、たまたま広告が入り、ピンときて体験してみ、通い始めました。胃腸の調子が良くなり、今までしてきたヨガとも全然違うし、続けてやってみようと思っています。

army
4件のクチコミ

体験したらわかる！
イルチブレインヨガの魅力

★★★★★ 1週間前 **新規**

思っていたヨガとは違いました。動きはシンプルなようで、意外とあちこちにきき、全身を動かしている感じ、呼吸法や瞑想も思っていたやり方ではなくて新鮮でした。

終わった後、頭が楽で身体が軽い感じがあり、不思議な体験でした。

先生のお話やアドバイスも、自分の感じを引き出すようにしてくれて、なんか良かったです。頑張ってみようと思いました。オススメです。

fuu ko
8件のクチコミ・2枚の写真

★★★★★ 10か月前

私の持っていたヨガのイメージとは違うトレーニングでした。体と心の変化が感じられるのが嬉しくて一年半ほど続けています。

東洋に伝わる伝統的トレーニングと脳科学を掛け合わせたオリジナルのメソッドということです。

エネルギー瞑想がおもしろいです。

ホームページでもっとご覧いただけます



無料で体験できるこの機会をお見逃しなく！

開催記念！割引特典

オープンクラス参加後に1か月お申込みいただくと最大63%OFFの超破格割引で始められます

最大
**63%
OFF**

超破格

1か月
フリーコース

通常価格16,800円

初月限定特別価格

8,000円

入会金

通常価格5,000円

体験当日入会特典

0円