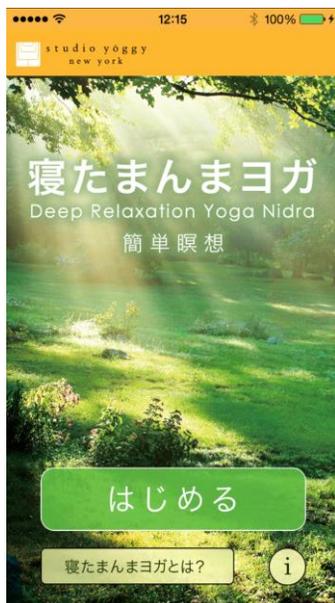




## 熊本地震支援 iOSアプリ「寝たまんまヨガ」を無料提供開始



ヨガ&ピラティススタジオ「スタジオ・ヨギー」を全国20か所で展開する株式会社ロハスインターナショナル（所在地：東京都目黒区、代表取締役社長清水 圭）は、熊本地震への支援として、iOSアプリ「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」で提供している“ Healing & Recovery”を、2016年4月20日（水）より無料にて提供を開始いたしました。

不安な日々を送られている被災地の方々の心と体のストレス緩和に、少しでもお役に立てただけよう、2016年5月末までの期間で、通常より無料で提供している2コンテンツと合わせて、合計3コンテンツを無料でダウンロードいただけます（一度ダウンロードいただくと、6月以降もご利用可能）。

「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」は、エキサイト株式会社と共同開発したアプリで、スタジオ・ヨギーのインストラクター、キミによるゆるっとした音声ガイドで、ヨガ初心者でも安心してご利用いただける内容になっています。1時間の寝たまんまヨガ（ヨガニドラー）は、4時間の睡眠に相当するといわれ、累計120万ダウンロードを記録しています。眠れない時の睡眠導入として、また、気持ちを切り替えたい時や、疲れがたまって睡眠時間がなかなか取れない方にも、リフレッシュ効果が期待できます。

被災地のみなさまにおかれましては、今もなお、多くのストレスや不安を抱えておられることと思います。私たちは、本アプリのコンテンツを無料で提供することで、震災に遭われたみなさまのストレスの緩和など、心と体の健康の一助となれることを、心より願っております。

### ■無料でご利用いただけるコンテンツ

<Deep Relaxation Short ①-Introduction-> 14分19秒

体に緊張を作ってから緩め、深いリラックス感を得ます

<Nature's Grace> 18分45秒

自然の要素とともに感情を整え、心身を穏やかにします

<Healing & Recovery> 24分48秒

疲れやストレスを回復させ、自己治癒力を高めたい時に

※システムの都合上、Android端末は無料提供の対象外となりますが、通常から無料でご利用いただけるプログラムをご用意しています。

### ■アプリの基本情報

アプリ名 : 寝たまんまヨガ 簡単瞑想

無料提供期間 : ~2016年5月31日（火）

掲載ジャンル : 健康&フィットネス

提供場所 : App Store

参考URL : <https://itunes.apple.com/jp/app/id505930723>

【本件に関するお問合せ先】 株式会社ロハスインターナショナル

〒153-0051 東京都目黒区上目黒1-26-1 中目黒アトラスタワー2F TEL : 03-5768-2792 / FAX : 03-5768-2793 web: [www.studio-yoggy.com](http://www.studio-yoggy.com)

スタジオ・ヨギーは、2004年に誕生。「ヨガ・ピラティスをライフスタイルに」をメッセージに、健やかでより豊かなライフスタイルを提案。全国20か所で、ヨガ、ピラティス、ビューティ・ペルヴィス（骨盤調整）の3プログラムを展開しています。

