

**95%が寝落ち経験！話題の睡眠導入アプリがスタジオ・ヨギーより再登場！
「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」待望のリリース
4月20日まで旧作が無料「お待たせしました！キャンペーン」を開催**

「より健康に自分らしく生きたい」と願う方の美しいライフスタイルを応援する、ヨガ & ピラティススタジオ「スタジオ・ヨギー」を全国に展開する株式会社ヨギー（本社：東京都目黒区、代表取締役 太夫 佐和子）は、2012年に誕生した瞑想アプリ「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」に新たな作品や解説を加えヨギーオリジナルとして4月8日にリリースいたしました。「寝たまんまヨガ」はヨガニドラーというヨガ瞑想の手法を用いたコンテンツで、2011年にヨギーよりオリジナルCDを発売、2012年～2019年には他社と共同でスマートフォンアプリをリリースし、累計200万DLを記録しておりました。このほど「寝たまんまヨガ」へのニーズの高さを受け、内容および機能の充実を図り、iOSアプリとして再リリースいたしました。また、リリースを心待ちにいただいていた多くの「寝たまんまヨガ」ファンへの感謝を込めて、4月20日（月）まで一部作品が無料ダウンロードいただける「お待たせしました！キャンペーン」も開催いたします。

寝たまんまヨガ簡単瞑想について <https://www.studio-yoggy.com/yndapp/>



■ 不眠やストレスからの解放に！“最後まで聴けない”と話題の「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」

「寝たまんまヨガ 簡単瞑想」（以降「寝たまんまヨガ」）は、ヨガニドラーというヨガのガイド瞑想の手法を使い、心身に深いリラクゼーションをもたらすスマートフォンアプリです。ヨガニドラーは、「1時間で4時間の睡眠に相当する」

と言われ、短時間で疲れを回復させ、活力に満ちた心身へ導く究極のリラクゼーションです。本アプリでは、寝たままの姿勢で、聞こえてくるナレーションに合わせ、体に意識を巡らせていきます。寝ている状態と起きている状態の中間の『まどろみの状態』を作りだすことで、無意識にたまったストレスや感情、神経系の不調和を整えていきます。体を動かすことはほとんどなく、ヨガの知識も必要がないため、就寝前にベッドの上で寝たまま、移動や休憩中にリクライニングチェアに座りながらなど、リラックス&リフレッシュを求めるシーンでどなたでもご利用いただけます。

<こんな方におススメ>

- ・寝つきや目覚めなど睡眠のお悩みをお持ちの方
- ・力がわかない、上手にリラックスをしたい方
- ・穏やかな気持ちになりたい方、自分への自信を持ちたい方
- ・頭をクリアにし、能力を活性化したい方

「寝たままヨガ」シリーズは、いつの間にかリラックスし、寝落ちしてしまうことから「最後まで聴けない！」と話題となり、多くの方にご愛用いただいております。今回オリジナルとして登場する本アプリについても、ヨガインストラクターのキミ（スタジオ・ヨギー エグゼクティブディレクター）が監修を担当。過去にアプリで提供していた18作品（一部リニューアル）に加え、自律神経の働きを整え穏やかにする『自律神経を整える』、イメージ瞑想で自己肯定感を高める『Meeting your roots』、「寝たままヨガ」やヨガニドラーについての解説を加えた計22作品をラインナップいたします。



ヨガインストラクター キミ

また、シンプルなデザインや、作品毎にダウンロードをする使い心地はそのままに、お好きな作品をすぐに呼び出せる「お気に入り」機能や、ダウンロード前の無料視聴機能なども追加し、より便利にご利用いただけるようになりました。現在はiOS専用アプリとなりますが、Android版の開発もすすめております（2020年初夏リリース予定）。今後より多くの方のリラックスシーンをサポートするツールとしてご利用いただけるよう作品の開発にも力を入れてまいります。



<作品介绍(一部抜粋)>

- ・Introduction(14分19秒)
- ・Deep Relaxation Long (42分47秒)
- ・Chakra Meditation(39分14秒)
- ・Prana Relaxation(31分11秒)
- ・Hug Yourself (20分52秒)
- ・自律神経を整える (27分17秒)
- ・Meeting Your Roots (30分38秒)
- ・Graceful Nature (30分52秒)
- ・Energy Healing (24分27秒)

他



■旧作が無料に！新作&リニューアル作品は特別価格で販売！「お待たせしました！キャンペーン」開催

リリースを心待ちにいただいた多くの「寝たまんまヨガ」ファンへの感謝を込めて、以下有料作品を4月20日（月）まで無料ダウンロードいただける「お待たせしました！キャンペーン」を開催します。同期間中、新作および、リニューアル作品も特別価格で提供します。

キャンペーン期間：2020年4月8日（水）～4月20日（月）

内容：

◆キャンペーン期間限定無料作品

Deep Relaxation Short
Deep Relaxation Long
Chakra Meditation
Prana Relaxation
Moon Rhythm Relaxation for Women
Mindfulness & Clear Mind
Clear Mind
Emotional Control
Hug Yourself

◆特別価格で提供

<リニューアル作品> 通常 370 円→特別価格 250 円

Peaceful Forest
Energy Healing
Being Creative
Dreams Come True

<新作> 通常 490 円→特別価格：250 円

自律神経を整える
Meeting Your Roots

■アプリの基本情報

アプリ名 : 寝たまんまヨガ 簡単瞑想
提供場所 : App Store
掲載カテゴリ : App Store = ヘルスケア / フィットネス
対応端末 : iOS12以上のiPhone
著作権表記 : (C) yoggy inc.
参考URL :



<https://apps.apple.com/jp/app/%E5%AF%9D%E3%81%9F%E3%81%BE%E3%82%93%E3%81%BE%E3%83%A8%E3%82%AC-%E7%B0%A1%E5%8D%98%E7%9E%91%E6%83%B3/id1501685574>

※文中に記載されている会社名、商品名は、各社の登録商標または商標です。

【本件に関するお問合せ先】

<https://www.yoggy.co.jp/contact/>

株式会社ヨギー ブランドマーケティング部 大西

〒153-0061 東京都目黒区中目黒 3-3-2 EGビル

TEL : 03-5725-1881 / FAX : 03-5768-2793 E-mail : pr_yoggy@studio-yoggy.com