

## 福利厚生プログラム

イグナイトの福利厚生プログラムは、従業員の健康とウェルビーイングを促進するために特別に設計されたヨガとマインドフルネスのプログラムです

### IGNITE YOGA

イグナイトの認定インストラクターが提供するヨガレッスン

### Mindfulness Workshop

イグナイト独自のメソッドによるマインドフルネスプログラム

### Video Contents

ヨガレッスンや瞑想をご要望に合わせた構成で撮影・編集・納品

### Webinar

実践的なヨガやマインドフルネスに関するトピックにフォーカスしたウェビナー

### IGNITE YOGA Online

専用アプリを活用し自分のペースで好きな時間に練習可能なオンラインスタジオ

### Retreat

自然の中や美しいリゾート地など特別な場所・プログラムをコーディネート

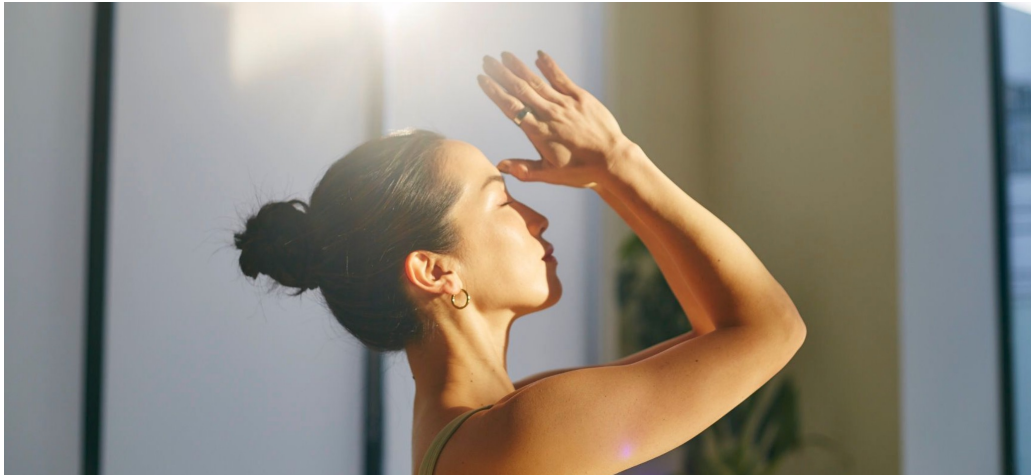
## 1 : IGNITE YOGA

イグナイトの認定インストラクターが提供するヨガレッスンです。異なるレベルやニーズに合わせてイグナイトヨガを提供します。会社の施設内やご指定のイベントスペースにてヨガクラスを提供します。セミプライベートレッスンからイベントまで、従業員と一緒にヨガを楽しむことができます。



## 2 : Mindfulness Workshop

IGNITE MINDFULNESSは自分らしく輝きたいあなたのためのマインドフルネスプログラムです。基礎的なマインドフルネスの実践だけでなく、イグナイト独自のメソッドによるマインドフルネスプログラムで自分と向き合い、自分のことをより理解し「自分らしく生きる」ということがあなたにとってどういうことなのか探究していきます。ご要望に合わせてカスタマイズすることもできます。ぜひお気軽にご相談ください。



## 3 : Video Contents

お客様のご要望にあわせて、ヨガレッスンや瞑想を録画、編集し提供します。レッスンの回数、レベルや時間だけでなく、企業理念や伝いたいメッセージなども組み込み、ご要望に合わせてカスタマイズします。リモートワーカーや忙しい従業員も利用しやすいプログラムです。



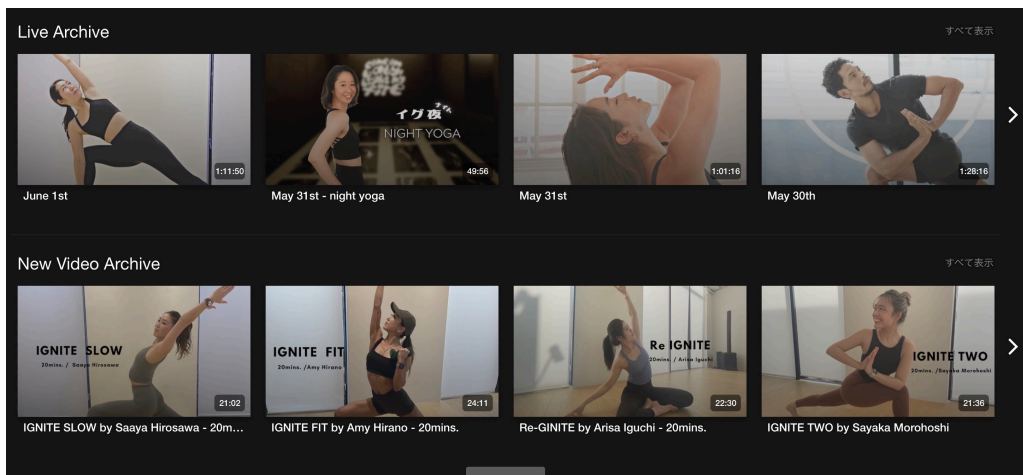
## 4 : Webinar

ヨガやマインドフルネスに関するトピックに焦点をあてたウェビナーシリーズです。実践的なヨガやマインドフルネスのテクニックを学ぶことができます。リモートワーカーや複数の場所にいらっしゃるスタッフにもアクセスしやすい形式です。



## 5 : IGNITE YOGA Online

専用のIGNITE yogaのアプリを使い、オンラインのヨガレッスンを受講していただけます。IGNITEのオンラインスタジオは、20分、45分、60分の様々なヨガレッスン動画に加え、毎朝8時の朝ヨガライブレッスンや、瞑想オーディオ、海外のインストラクターレッスン動画など、自分のペースで練習していただけます。



## 6 : Retreat

イグナイトヨガのリトリートは、自然の中や美しいリゾート地など特別な場所でのリトリート体験です。定期的で開催されるヨガリトリートとは別に、ご希望の日程や場所でのカスタマイズヨガリトリートも対応できます。



## Price

1	2	3	4	5	6
IGNITE YOGA	Mindfulness Workshop	Movie	Webinar	IGNITE YOGA Online	Retreat
¥100,000~	¥60,000~	¥100,000~	¥100,000~	¥3,300~	¥200,000~

## Mindfulness Workshop Menu

	Meditation	YOGA & Meditation	INTENSIVE
時間	60min	75min	180min
価格	¥60,000~	¥80,000~	¥200,000~
講義 & 瞑想 ①	●	●	●
ヨガ		●	●
リラクゼーション	●	●	●
アクティビティ			●
瞑想 ②			●
講義 ②	●	●	●



## Studio Tickets

会社の福利厚生として活用可能な回数券。社内スタッフ様お一人に対しての使用制限がない為社内スタッフ様のご希望に合った枚数を配布いただけます。

通常 ¥3,850 (税込) のチケットを、福利厚生限定価格20%OFF (¥3,080) にて販売。

- ・初回トライアル20枚：¥61,600 (税込)
- ・2回目以降60枚：¥184,800 (税込)
- ・2回目以降100枚：¥308,000 (税込)

