

Entspannung für alle - jetzt online



Zuviel Stress? Zu wenig Bewegung? Keine Zeit, zum Sport zu gehen? Kein Problem mehr: Jetzt gibt es Entspannung für alle – ganz einfach zum herunterladen aus dem Netz. Das neue Download-Portal iRelax (www.iRelax.eu) bietet kurze, einfache und herrliche Entspannung an Ort und Stelle.

Berufstätige Eltern und vor allem Hausfrauen sind immer stärker von Stress betroffen. Eigene Bedürfnisse werden zurückgestellt, Hektik im Job und Sorgen ums Geld führen oftmals zu Überlastung. Zeit wird ein immer höheres Gut.

iRelax schafft jetzt Abhilfe. Die kurze Entspannung kommt jetzt zum Kunden nach Hause. Einfach auf www.iRelax.eu gehen und die entsprechenden Titel herunterladen. iRelax hat spezielle Entspannungsübungen aus den Bereichen Yoga, Stretching, Autogenes Training, Qi Gong, Tai Chi und Meditation zum Download entwickelt.

- Kurze, einfache Entspannungsübungen zum Herunterladen
- Keine Vorkenntnisse – keine spezielle Kleidung erforderlich
- Für iPod, MP3 Player, PC und bald auch Handy

„Die Titel werden von Experten der jeweiligen Entspannungstechnik speziell für iRelax konzipiert und sind auf 10-20 Minuten konzentriert. Und auch die Musik ist für die einzelnen Übungen maßgeschneidert“, sagt Geschäftsführer Jan Leminsky.

Nach dem Herunterladen können die MP3 Dateien problemlos auf PC, iPod oder anderen MP3 Playern abgespielt werden. Die Titel kosten EUR 2,99 und können unter der Domain www.iRelax.eu heruntergeladen werden. Bei Bedarf stehen sogar erläuternde Abbildungen zum Download zur Verfügung.

Hamburg, 25.Mai 2009

Über iRelax:

Entspannung für alle ist das Motto von iRelax. Kurze und einfache Entspannungsübungen zusammengestellt von Experten kombiniert mit spezieller Musik. Einfach zum Download auf PC, iPod und MP3 player. Günstig, modern und dem Zeitgeist entsprechend ist das Portal www.iRelax.eu die neue Antwort auf Stress.

www.iRelax.eu
presse@irelax.eu