Melbourne's 2hives opens sign-ups for a 30-day Guided Meditation Challenge, starting on World Meditation Day

19 October 2026

MELBOURNE, 19 October 2026. A 2hives, a melbourne-i (Ausztrália) vezetett audio cég megnyitotta a jelentkezést a 2hives vezetett meditációs kihívására: 30 nap, napi 10 perc, közösen. A kihívás kezdete: 21 December 2026, a meditáció világnapja, vége: 19 January 2027. Csatlakozni bármely napon lehet, eddig: 26 December 2026.

Egy nap akkor számít, ha a résztvevő aznap legalább 10 percet hallgatott a 2hives alkalmazásban. A perceket a hallgatásból számoljuk, így senkinek nem kell kézzel rögzítenie semmit, és a hosszabb hallgatás is növeli az összesítést. Két pihenőnap mellett a sorozat megmarad. A 30 napból 25 teljesítésével a kihívás teljesül, mind a 30 nap pedig egy „Full 30”.

Munkatársakból, barátokból vagy egy klub tagjaiból álló csapatok is részt vehetnek együtt, csapatonként legfeljebb 2,000 fővel. Csapatban az a tag, aki egy élő csoportos alkalomhoz is csatlakozik, aznap egy helyett két csapatpontot szerez. A csapat kapitánya csak a csapat összesített adatait látja, azt soha, hogy egy tag mit hallgatott.

A kihívás nyitó közös alkalma 21 December 2026 napján, záró közös alkalma 20 January 2027 napján lesz, mindkettő mindenki számára nyitott. A kihívás 18 éves és idősebb felnőtteknek szól. Szokáskialakító kihívás, nem egészségügyi, lélektani vagy jóllétprogram, és semmi sem minősül benne egészségügyi tanácsnak.

World Meditation Day was proclaimed by the UN General Assembly in 2024, resolution A/RES/79/137.

A 2hives-ról

Sound, written around you. 2hives makes guided audio for people who like to explore their own minds: relaxation, sleep, imagination, rehearsal and contemplative practice, in your own time and your own words. You describe what you want, and the script is written around your words: your name, your images, your pace. Safety lines at the start and the end stay as they are. 2hives is made in Melbourne, Australia, by 2BEE FARM PTY LTD.

Sajtókapcsolat

Gergo Bacskai, alapító
E-mail: info@2hives.com
Sajtóoldal logókkal, képekkel, képernyőképekkel és hangmintával: https://2hives.com/press
A kihívás: https://2hives.com/challenge

###