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

19 October 2026

メルボルン、19 October 2026 ◦オーストラリア・メルボルンのガイド付きオーディオ企業2hivesは、「2hives ガイド付き瞑想チャレンジ」の参加受付を開始しました。30日間 ·1日10分 ·みんなで取り組みます。チャレンジは世界瞑想デーの21 December 2026から19 January 2027までです。26 December 2026までは、いつでも参加できます。

参加者がその日に2hivesで10分以上聴くと、その日が1日として数えられます。分数は聴いた時間から自動で計算されるので、手で記録する必要はありません。それ以上長く聴いた分も、そのまま合計に加わります。休息日が2日あっても、連続記録は続きます。30日のうち25日を達成するとチャレンジ完了となり、30日すべてを達成すると「Full 30」です。

同僚や友人 ·クラブの仲間でチームを組んで、一緒に参加できます。1チームは最大2,000人です。チームのメンバーがライブグループセッションにも参加すると、その日のチームポイントは1ポイントではなく2ポイントになります。チームのキャプテンに見えるのはチームの合計だけで、メンバーが何を聴いたかは分かりません。

The challenge has an opening group session on 21 December 2026 and a finale group session on 20 January 2027, both open to everyone. It is for adults aged 18 and over. It is a habit challenge, not a health, therapy or wellbeing program, and nothing in it is medical advice.

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

2hivesについて

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.

報道関係のお問い合わせ

創業者 Gergo Bacskai
メール:info@2hives.com
プレスページ（ロゴ、写真 ·スクリーンショット、音声サンプル付き）：https://2hives.com/press
チャレンジ: https://2hives.com/challenge

###