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, empresa de áudio guiado de Melbourne, na Austrália, abriu as inscrições para o Desafio de Meditação Guiada 2hives: 30 dias, 10 minutos por dia, juntos. O desafio vai de 21 December 2026, Dia Mundial da Meditação, até 19 January 2027. Dá para entrar em qualquer dia até 26 December 2026.

Um dia conta quando o participante ouve 10 minutos ou mais na 2hives naquele dia. Os minutos são contados a partir da escuta, então ninguém registra nada à mão, e ouvir por mais tempo continua somando ao total. Dois dias de descanso mantêm a sequência. Concluir 25 dos 30 dias completa o desafio, e os 30 dias formam um "Full 30".

Equipes de colegas, amigos ou de um clube podem participar juntas, com até 2,000 pessoas por equipe. Em uma equipe, quem também participa de uma sessão ao vivo em grupo ganha dois pontos para a equipe nesse dia, em vez de um. O capitão da equipe vê apenas os totais da equipe, nunca o que cada integrante ouviu.

O desafio tem uma sessão em grupo de abertura em 21 December 2026 e uma sessão em grupo de encerramento em 20 January 2027, ambas abertas a todos. É para adultos com 18 anos ou mais. É um desafio de hábito, não um programa de saúde, de cuidado clínico ou de bem-estar, e nada nele é orientação médica.

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

Sobre o 2hives

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.

Contato de imprensa

Gergo Bacskai, fundador
Email: info@2hives.com
Página de imprensa, com logotipos, imagens, capturas de tela e uma amostra de áudio: https://2hives.com/press
O desafio: https://2hives.com/challenge

###