

☆～お悩みの原因に解決法があるんですよ～☆

女性限定

～ セルフケア コーチング ～

身体の歪みによる血行不良の姿勢を整え血流を考えたケアの指導

90分 4,800円 (税込)

延長30分 1,100円 (税込)

こんな方にお勧めです

- ★ つらい肩凝りを解消して楽しく家事をしたい！
下を向きすぎていませんか？横を向きすぎていませんか？
まず、偏った姿勢からチェックしましょう
- ★ 簡単に小ジワって取れないの？
肩を上げ過ぎていませんか？お首が縮んでいませんか？
まず、縮んだ姿勢を見直してみましょう
- ★ 便秘がちを改善したい！
体内の状態に合った食事を選んでいますか？食事の見直しと姿勢を学びましょう
- ★ 簡単に若返れないですよ～
血液循環についてテクニックを学びましょう



セルフケア コーチング
専用 URL
☆書ききれない詳細を
ご覧ください

☆ 身体や姿勢で回復できることがたくさんあります

レッスン内容

- ★ 現在の身体の歪みの確認 (スマホで写して説明致します)
- ★ 「ガイドブック」で生活習慣や姿勢を学ぶレッスン
- ★ 身体 (胴体) が、どのように反射区へと繋がっているのかサインに気付くレッスン
- ★ お選び頂いたコースに沿ったテクニックレッスン (お一人お一人のカリキュラムをお作り致します) ご予約の際お選びくださいませ。

「手」と身体の繋がりを探求したスペシャルケアを習得できます
(継続したコーチング受講で習得範囲が広がります)

あなたの習慣化された手の使い方が、不調の要因でもあります。身体が望む姿勢に整え「基本に戻す」ことを習慣に書き換えましょう

予約特典 初回ご予約特典 Ayurveda オイル1本プレゼント

テキスト 《ガイドブック》オリジナル冊子プレゼント

注意！キャンセルされますと特典は無効となります

レッスン 時間 10時00分 から 90分
14時00分 から 90分

完全
予約制



サロン マーテル
HP

開催場所 サロン マーテル

資格: フットセラピー・リフレクソロジー・オステオパシー
シャナーズ: アーユルヴェーダ・アビヤンガ・シローダーラ
美容師免許・毛髪美容保健師

持参品

- ★ 「ガイドブック」
- ★ レッスン内容をメモするノート、筆記用具
- ★ 水分補給の飲料水
- ★ レッスン日までの2～3日間の食事や主な行動をメモしておく

☆ ご指導のみレッスンのため、マッサージ施術はありません TEL & FAX: 0745-60-0288
お問い合わせ E-Mail: mater.lesson@gmail.com (施術中留守番電話対応)



Owner
ブログ

【自分で守る健康へ】セルフケアで健康維持を考える方へのコーチングです

<http://www.salon-mater.crayonsite.com>