

ハーブ de ヒーリング デラックス

実施日時: 令和3年12月17日(金) 13:20頃～ (人数によっては時間が前後します)

- ☆冬本番が近づいてきました。とても寒くなりましたね。手足が冷えて困る季節です。冬や季節の変わり目は血流が悪くなり、気づけば身体がガチガチになりやすいです。そうすると…
血流が悪くなる、首が痛くて頭痛がする、眠りにくいなど不調が出やすくなります。
- ☆心身共に緊張をほくして、自身を労ると共に身体が緩む体験をしませんか？

【内容を簡単にご紹介♪】

- ・ハンドオイルを使用しセルフマッサージで血流を良くします。
- ・その後、アロマのアイマスクで香りと目を温めながら横になります。



⇒その間に順番にスタッフが約5分間デコルテと首・頭のマッサージを行います。

(血の巡りが良くなって、頭や目がスッキリしますよ♪)

※タオルの上から行いますので直接、肌を触る事はありません。

※男性はデコルテはなしで、他の部分の時間を増やします。男性も是非ご参加下さい。

- ・最後にお好みのハーブティーを飲んで、自身がどれくらいリラックスできたかを 100 点満点で振り返ります。(自分の心身の緩みと向き合しましょう☆)



参加受付(定員 10 名)

締め切り日: 令和3年 12 月 13 日(月)

氏名	利用形態	氏名	利用形態
	1日 午後のみ		1日 午後のみ
	1日 午後のみ		1日 午後のみ
	1日 午後のみ		1日 午後のみ
	1日 午後のみ		1日 午後のみ
	1日 午後のみ		1日 午後のみ