

伝統の療法と最新のスポーツ科学が生み出した驚きの効果!!

すいな® & ストレッチ

“**推拿(すいな)**”

古典医学書にも伝えられている

中国伝統的手技療法です。

長年の臨床検査を経て、現在も中国の病院で用いられている手技療法です。

“**パーソナルストレッチ**”

個人の身体に合わせて、

疲れてきた時に身体をほぐすなど

普段から誰でも簡単にできるものから、

慢性的な身体の「**こり**」や「**歪み**」を

取り除くための、医学療法としての

ストレッチなどを行います。

身体をほぐすことで

体内の**血液循環を促す**とともに、

体質を改善する効果があります。

さらに、関節可動域が広がり、

即効性が期待できます。



「**面**」でのマッサージの

すいなに対して、点での

マッサージである「**つぼ**」療法。

さらに**ストレッチプログラム**を

ミックスした**オリジナルの**

プログラムです。

一度体験すればこの

気持ちよさは

分かるはず!!

