

ボディケアプログラム

運動するだけではなく、カラダのケアをすることも健康維持増進には必要不可欠です。

日常生活の疲れやストレスをケアし、和らげませんか？
個室部屋で行ない、ゆっくりとくつろぎながらココロとカラダがスッキリしていくことが実感できます！

推拿（すいな） 各コース 20分 2,625円

申込の際、 のコースからお選びください

肩コース：肩凝り解消！終わった後は肩がスッキリ！
肩関節の可動域も広がるので泳ぐ方にも
オススメです。

背・腰コース：背中,腰がダルイという方にオススメ！

脚コース：坐骨神経痛、膝関節痛の方にオススメ！

パートナーストレッチ 30分 2,625円

マンツーマンで行なうストレッチです。個人の身体に合わせて「こり」や「歪み」を取り除きます。

一人ですると得られない伸び感や爽快感はここでしか
味わえません。

推拿&ストレッチ 60分 6,300円

推拿で全身(コース)の施術を行い、下半身を中心に
ストレッチを行います。一度体験していただければ、
気持ちよさがわかるはず！！是非、お試してください。

施術担当 金澤 弘明



受付時間 月・火・水 10:30 ~ 19:30

*ご予約は前日までをお願いします。

都合により、受付できない場合がございます。

予め、ご了承ください。尚、上記以外の時間、
曜日をご希望の方は担当者にご相談ください。