

4月開講♪参加者募集中です!

一週間に一度のセルフマッサージで日々の疲れを取りませんか?

# 体スツキリ! SENセルフマッサージ



SENとは?



タイの伝統医学では目に見えないSENという生命エネルギーラインがあると言われてしています。SENの上に存在するツボを刺激する事で、エネルギーの流れを良くしストレスや不安を取り除き自然治癒力を高めていきます。

期待できる効果：血行促進、リンパの流れの改善、心身のストレスや不安の軽減

曜日：毎週火曜 時間：19:15～20:15

場所：会議室

料金：5,600円/2ヵ月 全8回

持ち物：動きやすい服装、水分補給用のお飲物  
汗拭きタオル、ヨガマット（バスタオル可）

お申込は大宮武道館受付またはお電話にて先着順  
申込専用電話：048-687-0100（9:00～21:00）

