



都智華子 × gomacro  
～女性のからだを整える～  
ボディワーク&セルフリンパマッサージ



9/15(金)

10/4(水)

10:30～12:30

(BW1時間30分/リンパマッサージ術30分)

参加費 4,320円

★持ち帰り用マッサージオイル(ピュアセサミ)5g付き

からだのケアやその大切さを学び、実際にからだを整えるボディワーク

妊娠・産後・子育て期・更年期・老年期…と、ステージとともに変化する女性のからだや不調を整えるための講座です。

ボディワークの後は、リンパに加えエネルギーである気・血が循環する通り道(経絡:けいらく)に直接セサミオイルを使ってマッサージします。



講師: 都 智華子

鍼灸師・ボディケアセラピスト・Neoベジタリアン料理指導士・誕生学アドバイザー

女性が日々を心地よく生きられるように「からだを整え、こころを緩める」こと。子どもたちが自分を好きになり「自分のからだを大切に扱えるようになる」こと。そのココロ・カラダ・食を整えるお手伝いをしています。

gomacro Salon (御池新町通り南東角)  
店頭またはお電話、webからご予約ください。⇒

gomacro.resv.jp  
075-257-5096