



therapist Haruka  
2024,5/3,4,5,6



therapist Aya  
2024,5/4,5



therapist Sawako  
2024,5/3,4,5,6



therapist Namie  
2024,5/3,4



therapist Michiko  
2024,5/5

## セラピスト Haruka

担当日程 5月3日、4日、5日、6日

こんにちは。Harukaと申します！  
今回は、Misa先生からkuponode  
ご指導いただいた”ボディワークセラピー(タイ古式マッサージ)”と”シンギングボウルセラピー”をミックスした特別セラピーを考えております。

私が初めて施術(セラピー)を受けた時の感想は、

「優しい～温かい～気持ちいい～とろける～(寝)」でした(笑)施術(セラピー)行ったことないけど気になっている...

ただただリラックスしたい...

自分へのご褒美時間として、至福のひと時味わいに来てください！  
施術メニューは、お一人お一人の状態に合わせて考えていきます！  
ご要望やご不安な点がございましたら、お気軽にお申しつけください♡

皆さまとPonoYogaでお会いできますこと、心より楽しみにしております！

## セラピスト Aya

担当日程 5月4日、5日

※2種類からお選びいただけます。

ハンドorフットのクレイセラピーとオイルトリートメント

当日は一人一人に合わせてクレイを選んで行きます。

Clay therapyとは...粘土を用いた自然療法の一つです。Clayに触れる事はとても心地良く緊張が緩みます。また、Clayによる反応から、自分の身体をより深く知る事が出来ます。

## セラピスト Sawako

担当日程 5月3日、4日、5日、6日

アニマルクレイ&ハンドマッサージ&クレイパック

クレイは癒しのツールのひとつです。皮膚や筋肉の痒みや切り傷、火傷、炎症の鎮静化、そして気持ちをRelax&Calmdownへと導きます。飼い主さんがクレイをしてあげることによってより家族(ペット)との絆がふかまります。薬だけでないクレイを使った大切な動物達へのケア方法を知ることができます。

大切なペットであるわんちゃんへのクレイを使ったケア方法や、現在、何かトラブルを抱えているわんちゃんへのクレイでのアプローチを伝授させていただきます。その後のアフターフォローも致しますので、わからなくなったらいつでもお聞きいただけます。実際にクレイをどのような症状の時に使い、どう変化したかをまとめた資料がご覧いただけます。お越しの方には、ハンドマッサージの後、クレイを使ったパックを味わっていただきます。

## セラピスト Namie

担当日程 5月3日、4日

※2種類からお選びいただけます。

Foot&Head care

Foot care (オイルを使用)  
1日の大半 身体を支えてくれている足裏は老廃物が溜まりやすくなっていて、内臓の反射区がある場所です。反射区を刺激することで内臓を刺激することができます。ふくらはぎは第二の心臓と言われています。足の裏とふくらはぎを刺激し血行促進して流れをよくしてみませんか？

Dry Head care  
頭皮がかたいと血行不良になり髪の毛に影響があることはどこかで耳にしたことがあるかもしれません。そして、お顔のたるみにも影響があるとも言われています。

皮膚は1枚皮😊

頭もお顔も身体もすべてつながっています。流れを良くするお手伝いをさせていただけたらと嬉しいです😊

## セラピスト Michiko

担当日程 5月5日

シンギングボウルとは・・・  
「Singing」(歌う)「bowl」(器)のことで、シンギングボウルセラピーでは一つ一つ手作りされた、大・中・小さまざまな大きさのシンギングボウルを使って施術を行います。まずはお一人お一人の状態をカウンセリング。そのあとボディワーク(手技を通して自然治癒力を引き出すメソッド)で身体をほぐし、お腹や背中にシンギングボウルを乗せて音を鳴らしていきます。身体に乗せてシンギングボウルを鳴らすことによって、身体の隅々まで微細な振動が行き渡り、その揺れが身体を整え、リラックスさせてくれます。

シンギングボウル独自の癒しの音色、ヒーリング効果のある倍音の響きで究極のリラククス体験を味わいませんか？