

第6回 カルチャー講座



足裏リフレクソロジー(症状別)講座

春のムズムズを今から予防しよう！編

弊社では毎月、症状別で講座内容を変えながら、リフレクソロジー講座を全6回開催しております。リフレクソロジーとは、足裏にある反射区をくまなく刺激することで「自然治癒力」を高める健康法のことです。

次回第6回目(3月)は花粉症(アレルギー)・ダイエット・頭痛の反射区を学びます。マッサージ後は対応する身体の部位の調子を整える効果が期待できます。また血液やリンパの流れが促進されることで老廃物の排出が促されやすくなり、体質改善が期待されます。ぜひ、みなさまのご参加お待ちしております。※各効果には個人差がありますので、あらかじめご了承下さい

- ・内 容 足裏リフレクソロジーで自然治癒力を高め、セルフマッサージ法を学ぶ
- ・開 講 日 3/8(金) 3/15(金)
- ・時 間 13:30~14:30
- ・場 所 ステップアップ上市校(上市町法音寺 1-4)
- ・参 加 費 2,500円(税抜) / 1講座につき
- ・お申し込み 電話または裏面申込にご記入のうえ、FAXにてお申し込み下さい
- ・そ の 他 バスタオル(1枚) タオル(1枚)持参/膝上までめくれる服装でお越し下さい

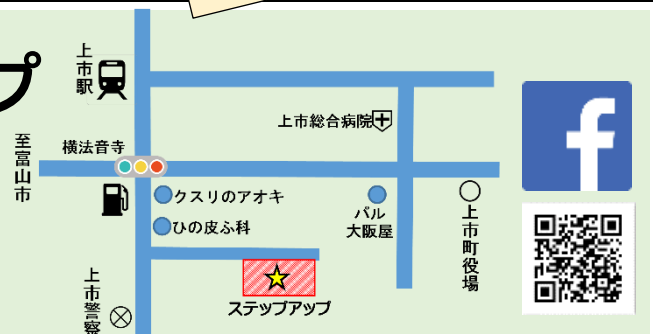


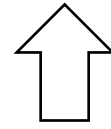
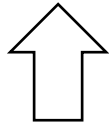
日本リフレクソロジー協会(RAJA)認定リフレクソロジストが教えます

【こんな方におすすめの講座です!】	7ヶ月講座開催予定内容			
	内 容		内 容	
・足裏を触るとゴリゴリ感がある ・不調の改善や免疫力を高めたい ・子供とのコミュニケーションを図りたい ・介護職、看護職、美容師などのお仕事のスキルアップに ・セラピストのお仕事のきっかけに ~プレミアムオプション~ 受講後に+1,080円(10分) 講師によるハンド・ヘッド・フットマッサージが受けれます(要事前申込)	第1回	ストレス	第4回	腰痛
	10/12	むくみ	1/18	食欲不振
	10/26	肩こり	1/25	貧血
	第2回	冷え症	第5回	眼精疲労
	11/16	不眠症	2/1	めまい
	11/30	月経困難・更年期	2/22	抜け毛
第3回	肌荒れ・ニキビ	第6回	花粉症(アレルギー)	
12/7	二日酔い	3/8	ダイエット	
12/21	便秘・下痢	3/15	頭痛	

有限会社ステップアップ

〒930-0353 中新川郡上市町法音寺 1-4
 電 話 076-473-2824
 ホームページ <https://step-up.net>
 問合せ：平日 9時~16時





FAX 076-473-2824

※事前予約制の講座となります ご希望日に○を付けてお申込み下さい
(各開催日の3日前×切)

受講希望日	開催時間	○を付けて下さい	持ち物
3月8日(金)	13:30~14:30		<ul style="list-style-type: none"> ・ハーフパンツ ・バスタオル(1枚) ・タオル(1枚)
3月15日(金)	13:30~14:30		※膝より上へめくれる服装(パンツ)であれば、ハーフパンツは不要です

※いずれの日時も講座内容は同じです

お名前			
ご住所			
電話番号		携帯番号	
E-Mail			

※ご記入いただいた個人情報は適切に管理いたします

〈お申込み・お問合せ先〉

TEL&FAX: 076-473-2824

メールアドレス: support@step-up.net



有限会社ステップアップ

〒930-0353 中新川郡上市町法音寺1-4

電話 076-473-2824

ホームページ <https://step-up.net>

問合せ: 平日9時~16時

