

Body care 「心と身体の調和」

アーユルヴェーダの流れを汲むケア

国際基準のヘッドケア CHAMPISSAGE

頭をはじめ、肩・肩甲骨周りに働きかけで、コリをほぐしながらエネルギーバランスを整え心身を調和させる。ストレスケアプログラムとして、世界中でさまざまな分野に取り入れられている伝統医学の流れを汲んだ、インドのヘッドケアを体系づけたホリスティックなセラピー。

- ・チャンピサージ (30分 ¥3,000)
イスに座り服を着たまま行います
- ・オイルチャンピ (40分 ¥3,500)
- ・チャンピサージオンザベッド
(30分 ¥3,500)

- ・カンサヴァトキフットケア (45分 ¥3,500)
3つのドーシャのバランスをとる、金属ボウルとオイルを用いたフットケア。



- ・ヘナ トリートメント (40分 ¥5,000・ヘッドケア付)
～頭からデトックス～
白髪染めで注目のヘナ。実は体内の老廃物・毒素を排出、自然治癒力や免疫力を高めてくれます。
- ・アーユルヴェーダ ドーシャ (体質) check
～体質に合わせたアドバイス～ (60分 ¥2,000)

- ・ヨーガセラピー教室 (¥1,000～1,500)
～心と身体の調和～
優しく無理なく心身の健康を取り戻す医療機関でも取り入れられているヨーガ療法

※月or木 19:15～、第2・4土 11:00～

※すべてのセラピーは体感していただき、セルフケアアドバイスを行っております

- ・Shirodara (シロダーラ)
(ヘッドケア&足湯付き / 60分 ¥5,500～)

～脳と心へ究極のリラクゼーション～

自力で取ることが難しい脳の疲れ。シロダーラによる瞑想状態は、脳を安め、深いリラクセスを与えて心の緊張を和らげます。

※オイルではなくシロダーラエッセンス (髪・頭皮・リラクセス・睡眠等に働く自然の恵みたっぷりのハーブ水) で行いますので、ベタベタせず、そのまま乾かせ、髪へのトリートメント効果も。



◎アーユルヴェーダヘルスケア講座

～L.C.I.C.I JAPAN(修了証付)～

※各指導者コース (資格スクール) あります

- ・ヘッドタッチケア (¥18,000/1日)
～スキンシップとして頭に触れるタッチケア～
※ディプロマ取得後周りの方へセラピーができます 修了証
- ・セルフチャンピ (パート1～4)
(¥4,000/1回、¥15,000/4回コース) 証明書
～セルフヘッドケアでストレスから自分自身をケアする～
- ・アーユルヴェーダ式セルフフット
(体調別/マルマ編) (¥3,000/1回) 証明書
～体質体調をチェック! 癒しと調和のフットケア～
- ・アーユルヴェーダ家庭健康法 (パート1～4)
(¥15,000/1回、¥50,000/4回コース) 修了証
～上馬場和夫医師監修
生命の科学の知恵を、日々の生活に活かす方法が学べます～
- ・ヘナセラピスト (¥45,000・材料費込) 修了証
～生活に活かせるハーブを学び、皆でデトックス!～
※ディプロマ取得後、自身や周りの方へ、ヘナトリートメントを行えます

資格取得後、卒業生は独立開業して活躍中!

セラピスト&インストラクター

～資格スクールManisha～

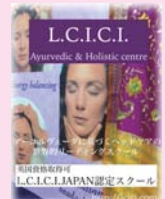
～伝統医学に基づいたホリスティックなセラピーを
学んで活かしませんか～

◎英国資格を取得しよう!!

～L.C.I.C.I LONDON 国際ライセンス～

- ・チャンピサージ
- ・チャンピサージオンザベッド
- ・オイルチャンピ
- ・カンサヴァトキフットケア

※セルフチャンピインストラクター資格もコース内で取得できます



※セルフフットインストラクター資格もコース内で取得できます

◎一般社団法人 国際ホリスティック・ヘッドケア協会

～L.C.I.C.I JAPAN ライセンス 指導者コース～

- ・セルフチャンピインストラクター
- ・ヘッドタッチケアインストラクター
- ・オイルチャンピインストラクター
- ・アーユルヴェーダ式セルフフットインストラクター
- ・ヘナセラピストインストラクター

講師 橋本 真知

講師 安部 領子

・日本ヨーガ療法学会公認
ヨーガ療法士
・インド中央政府公認
ヨーガ教師
・日本統合医療学会公認 認定療法士 etc

・素肌美容家
・インド中央政府公認ヨーガ教師
・L.C.I.C.I. JAPAN認定講師