

今年も健康で美しく 一緒にがんばりましょうね！！

**今年も健康と美を
探求し続けます！**

早いもので当店も今年で十四年目となり、さまざまにメニューやアイテムを扱ってきました。そしてここ数年は本当の健康・美しさというものについて、自分なりに方法が確立しつつあるように感じていきます。

今年はその精度をさらに向上させ、自分の身体を用いて実践し、良いと感じたものをドンドン皆様にご紹介してゆきたいと考えています。

主となるのはやはり「足ツボ」と「加圧トレーニング」ですね。

内臓を活性化し内側から変える足ツボと、筋トシと

成長ホルモンで外側を変える加圧トレーニング。

私はどちらかではなく両方が必須と考えていますので、まだ体験されていない方はぜひ今年こそお試し頂きたいと思っています。



納豆チャレンジ継続中

納豆チャレンジが2ヶ月目です。今のところ絶好調です。引き続き頑張りますので、気になる方はお気軽に！

私は **足ツボを強くオススメします！！**

先日49歳になった私ですが、ご覧のとおりとても健康で元気です。

その源となっているのがこの足ツボです。

私が足ツボで良くなったと実感できたことは、

首肩腰痛・手足のシビレ・偏頭痛

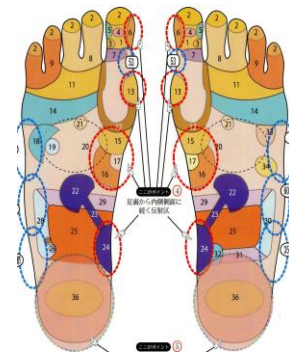
視力・老眼・耳痛・股関節やヒザの痛み

尿のスッキリ感・肌荒れカユミ・乾燥肌

大腸炎・副鼻腔炎・便秘・ムクミ

風邪の諸症状、さらに**歯痛まで**

細かく調べればもっともっとあると思います。



とにかく何でも良くなってしまおうのが足ツボなんです。

是非皆さんにも私の施術を受けて頂き、おぼえて、実践して、足ツボマスターになり、

現在から将来に渡って健康の不安を最小限にして

楽しい人生を過ごしていただきたいです。

子供足ツボ教室も始めました。足ツボの良さをどんどん

広めてみんなで健康にないましょう。宜しく願います。

ダイエット・筋力アップが早い！

1部位集中 トレーニング



おなか周り・ヒップ・太もも・二の腕等の引き締め。または、胸・腕・肩・背中等の筋力アップを、部位別に集中したトレーニングで効果バツグン！

加圧トレーニング体験 60分 又は30分

明けましておめでと〜いございます。本年もどうぞ宜しくお願い致します。平成最後のお正月はいかがでしたでしょうか。寒かったですがお天気も良く穏やかな年明けでした。そろそろお正月気分を切り替えて一緒に頑張りたいですね！