

# TREATMENT MENU

～和のか～

よもぎやどくだみ等の日本のハーブを布で包みボール状にした「和草ハーブボール」  
温め × ハーブの効能 × 心地よい香り が自律神経やホルモンのバランスを整えます。

## 和草ハーブボール®リラクゼーション

和草ハーブボールで全身をあたためながらほぐします。  
下肢と背中ではオーガニックヘンプシードオイルでオイルトリートメント。  
表皮の血流をよくしてからハーブボールでほぐすことでより効果を高めます。

◇ 70分 ¥6,000

うつぶせ～仰向け

ハーブボールははじめてという方におすすめです。

フットバス～うつ伏せ（下肢・臀部・背中）～仰向け（下肢・お腹・デコルテ・首・頭部）

◇ 90分 ¥7,500

うつぶせ～仰向け～横向き。

女性に大切な経絡が集まる足の内側、お尻の側面までしっかりと温め、ほぐします。

女性特有の不調でお悩みの方、座骨神経痛等、下肢や臀部の不調が気になる方におすすめです。

フットバス～背面（下肢・臀部・背面）～仰向け（下肢・お腹・デコルテ・首・頭部）～横向き（下肢・臀部・背中）

## After YOGA 和草ハーブボール®リラクゼーション

YOGA の後にご予約いただくと1,000円割引でセラピーを受けることができます。  
YOGA の後にさらに身体をあたため、緩めながら極上のリラクスタ임을。

◇ 70分 ¥4,500

うつぶせ～仰向け

うつ伏せ（下肢・臀部・背中）～仰向け（下肢・お腹・デコルテ・首・頭部）

◇ 90分 ¥6,500

うつぶせ～仰向け～横向き

～背面（下肢・臀部・背面）～仰向け（下肢・お腹・デコルテ・首・頭部）～横向き（下肢・臀部）

---

## Workshop

日本のハーブについてご紹介しながら、和草ハーブボールを作り、セルフケアの方法をお伝えします。  
ハーブが好きな方、ものづくりが好きな方におすすめです。

---

### ◇ プライベートワークショップ & セラピー 120分 / ¥5,500

和草ハーブボール®作りのワークショップ (90分) の後にお試しのセラピー (30分) を行います。ハーブの効能を知っていただいた後に受けるセラピーはより効果を実感していただけます。

★準備の都合上、3日前までにご予約ください。

★お友達同士等でのご利用をご希望の場合は2名までは可。セラピーはお一人ずつ行います。お一人の施術中はお一人はお待ちいただきます。

---

### ◇ リクエスト開催 ワークショップ / ¥3,000 (お一人) 120分

★3名様以上で開催いたします。(5名様程度まで可)。身近な仲間と楽しく学ぶことができます。

★ご希望の日程をお伺いし調整いたします。ご予約は電話かe-mail でお願いたします。

---

## ご予約について

---

★表示時間にカウンセリング・フットバス・お着替え・お直し等の時間は含まれておりません。初回はカウンセリングにプラス 20分程のお時間を頂きますので、お時間に余裕を持ってご来店ください。

★ご予約に合わせてお部屋の確保と準備を致しますので、キャンセルやご変更の際は、早めにご連絡ください。

※ご連絡のない場合は、キャンセル料をご請求させて頂くこともありますので、あらかじめご了承ください。