



YOGASPA yogayuH

シニアのためのアーユルヴェーダ



聞き慣れないインドのアーユルヴェーダ・・・健康維持と病気や老化の予防に大変効果的なトリートメントです。新潟のシニアの皆様に、まずは気軽に体験して頂けるシニア（65歳以上）限定・特別価格のお試しメニューをご用意しました！

おすすめ！アーユルヴェーダといえば・・・

● アビヤンガ（オイルトリートメント） 40分 ¥4500

ゴマ油によるアビヤンガは消化力を高め、発毛を促し、皮膚や子宮を浄化します。さらに知性をふくめて老化を防止することで定評があります。また、疲労、難治性皮膚疾患、耳や眼の疾患、頭痛、女性生殖器疾患、骨折、脱臼、火傷、皮膚外傷などのヴェータのアンバランスや高齢者にも、アビヤンガが勧められます。『インドの生命科学 アーユルヴェーダ』より抜粋

ヨガの整体！

● ヨギックマッサージ 40分 ¥4000

寝たまま受けるヨガの動きでリラックス身体が柔らかく、軽快になります。

眠らずにはいられない・・・

● インド式ヘッドマッサージ 40分 ¥3800

頭痛、眼精疲労はもちろん、物忘れ、抜け毛、白髪の予防にも効果的です。

足の健康は若さの秘訣！

● インド式フットマッサージ 40分 ¥3800

足裏のマルマ（ツボ）を刺激し、ふくらはぎ、膝周りまで施術します。むくみや冷え・火照りなどの足の症状から、頭痛や消化器系のお悩みにも！

ご予約・内容・詳細等、どうぞお気軽にお問い合わせくださいませ！

予約電話 **025-201-7092**（受付時間 9:00~20:00）

