

温泉の入浴後に受ける コンディショニング

痛みや身体の違和感には必ず原因があり、普段の生活習慣やこれまでの怪我なども影響します。肩こり・腰痛・膝痛・頭痛など実際の痛みの箇所と原因となっている場所は異なることがあります。「コンディショニング」で原因を見つけることを重視しています。



問診&チェック

施術の前に、その日の体調、身体の気になるところ、痛みなどのお悩みやご希望をお聞きます。体の柔軟性や可動域も確認いたします。



施術内容

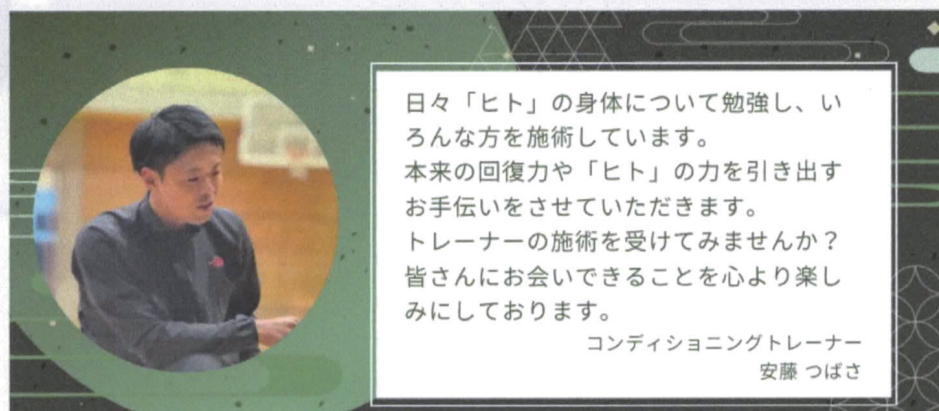
もみほぐし、ストレッチ、ツボ押し、軽い運動など、お客様に合わせて行います。筋肉、内臓、神経などの緊張をほぐすと、施術後は「体が軽い」「動きやすい」となって実感が現れます。

料金

しっかり全身整える 90分
11,000 円(税込)

気軽に全身を整える 60分
8,800 円(税込)

気になる部位を整える 30分
5,500 円(税込)



日々「ヒト」の身体について勉強し、いろんな方を施術しています。本来の回復力や「ヒト」の力を引き出すお手伝いをさせていただきます。トレーナーの施術を受けてみませんか？皆さんにお会いできることを心より楽しみにしております。

コンディショニングトレーナー
安藤 つばさ

首

肩

頭

膝

腰

お申し込み

- ◆受付（予約）・・スタッフ（フロント）へお尋ねください。
- ◆完全予約制・・・施術者は1名ですので、当日はお早めにお問い合わせください。
- ◆場所は・・・お客様の客室まで専用ベッド持参で伺います。
- ◆時間は・・・（※各施設にご確認ください※）チェックイン～22時