



セルフお灸ができるようになる お灸セミナー♡



プログラム (150分)

①自己紹介！

みんなで楽しく学べるように、
お互いの不調の悩みを共有しましょう！

②お灸って何？

お灸を知って、どんな時に？
どんな風に使うのか学ぼう！

③セルフお灸実践！

お灸の使い方、コツ、注意点を知ろう！
基本のツボを使ってお灸の練習！
家で効果を出せるように、
自分にあったピッタリのツボを教えてもらおう！

〈日時〉 ①12月1日(日)
10～12時30分
②12月2日(月)
10～12時30分
〈受講費〉 4,000円(税込)
お灸のお土産つき！
〈定員〉 6名
〈服装〉 肩、腕、裸足になって膝下がだせる服装



本気で効果を出したい！ ツボ取り修行セミナー♡



プログラム (150分)

①自己紹介！

みんなで悩みを共有しましょう！

②ツボ取り修行！

秘伝のツボ取り修行道具を使って、
コツをつかもう！

③お灸実践！

自分で探したツボで効果を
確認しよう！

〈日時〉 12月2日(月)
13時30分～16時
〈受講費〉 4,000円
〈定員名〉 6名
〈服装〉 肩、腕、裸足になって膝下がだせる服装

◎はりきゅう治療◎

◎11月30日(土) 18時 ◎12月1日(日) 15～20時 ◎12月2日(月) 16時30分～20時
体験治療60分 6,500円 基本治療110分 13,000円