

～心と体をリセット～

ミラクルタッチケア「セルフチャンピ！！」全3回



ご存知でしたか？

頭は、思っている以上にストレスが溜まりやすい場所！！
実は、目や肩のコリなども頭のコリからきています。

1 2のテーマに応じたセルフチャンピ（セルフヘッドマッサージ）は、
椅子さえあれば『いつでもどこでも気軽に出来るリセット法』です。

心も体も氣も整うインド古来のテクニックによるミラクルタッチケアで、
ストレスフリーの快適な日々を過ごしましょう！！

※全3回の受講終了時にヘッドマッサージを欧米へ広めた第一人者ナレンドラ・メータ氏の
スクール「L.C.I.C.I.JAPAN」の修了証書をお渡しします。

料 金：各回¥5,000：初回に限り教材費別途¥1,500（修了証書発行代含む）が掛ります。
※レッスン当日に会場でお支払い下さい。

定 員：6名

会 場：レンタルスペース イエナ（HP：<http://www.y-ena.com>）
千代田区六番町 13-5 メゾン・ド・六番町5F

申込先：info@rainbowbird.lcici.com ^

①お名前 ②返信するアドレス ③お電話番号をご記入の上、ご連絡下さい。
後ほど折り返し連絡させていただきます。

講 師：L.C.I.C.I.JAPAN 認定講師 rainbowbird 川南 亜希



<http://rainbowbird.lcici.com/>

①7/23（火）14～16時

[日頃の疲れをりせっと！！]

特に疲れを感じやすい部分に
触れてゆき、心も体も
緩めてゆきます。

（テーマ）

- ・頭痛
- ・目の疲れ
- ・肩こり
- ・倦怠感

②8/7（水）14～16時

[表情美人！！]

3割しか使っていないと言わ
れている表情筋を活性化して
ゆきます。

（テーマ）

- ・口腔ケア
- ・歯ぎしり・顎関節
- ・集中力
- ・表情UP

③8/28（水）14～16時

[タッチケアの心地好さ]

「触れる」心地好さで毎日の
生活に潤いを！！

（テーマ）

- ・リラックス
- ・不眠
- ・髪の手ケア
- ・鼻づまり
- ・ペアになって触れてみよう