

MORORINE (森音)

セルフケア講座



～自然素材の空間で学ぶセルフケア～

頑張らなくても自分の心と身体は
整えられます。

MORINEセルフケア講座とは

さとう式リンパケア・リフレクソロジー・瞑想
・原始反射・ヨガ・脳科学etc.を用いた

『いつでもどこでも生涯自分で自分の
心身をメンテナンスできる』

そんな力を身につけていくセルフケア講座です。

こんな方に

- ・ エラの張りや食い縛りが気になる
- ・ 寝ていても身体に力が入っている
- ・ 姿勢の悪さが気になる
- ・ 過去のトラウマや緊張を手放したい
- ・ 年齢にとらわれず、自然な方法で整えたい
- ・ 少人数制のクラスで学びたい

内容・学べる事

- ・ 自然素材の空間で、癒されながら学びます
- ・ 一生使えるセルフケアが身に付きます。
- ・ 自分の身体と心を自分で整えられるようになります。
- ・ 年齢に左右されず、自然な方法で美しく健康的に過ごせる力を育てます。

受講生さまのご感想



受講初日



受講最終日
(5か月後)

※無理の無い方法で姿勢を整えます

Y様（卒業生）

セルフケアを行うようになって**短い期間で変化を感じる事ができました**。お風呂洗い時に腰がキツかったのですが**楽にできるようになりました**。**目周りのシワが確実に減り**、美容目的では無く始めたのですが、**ほうれい線が短くなった**と言われました。

H様（卒業生）

セルフケアを始めて3カ月位で**腹腔が整ってきたように感じています**。以前は病院に行くと**血圧が上がっていましたが**、今は病院に行っても**血圧が上がらなくなりました**。**天気痛も楽になり、顔色も明るくなった**と感じています。

S様（卒業生）

セルフケアを始めて、**心身共に緩める事ができるようになりました**。それによって、**肩の痛みも改善してきたのでとても驚いています**。美容の面でも**目の開き具合の変化を一度で実感しました**。
これからも続けて若々しくなりたいと思います。

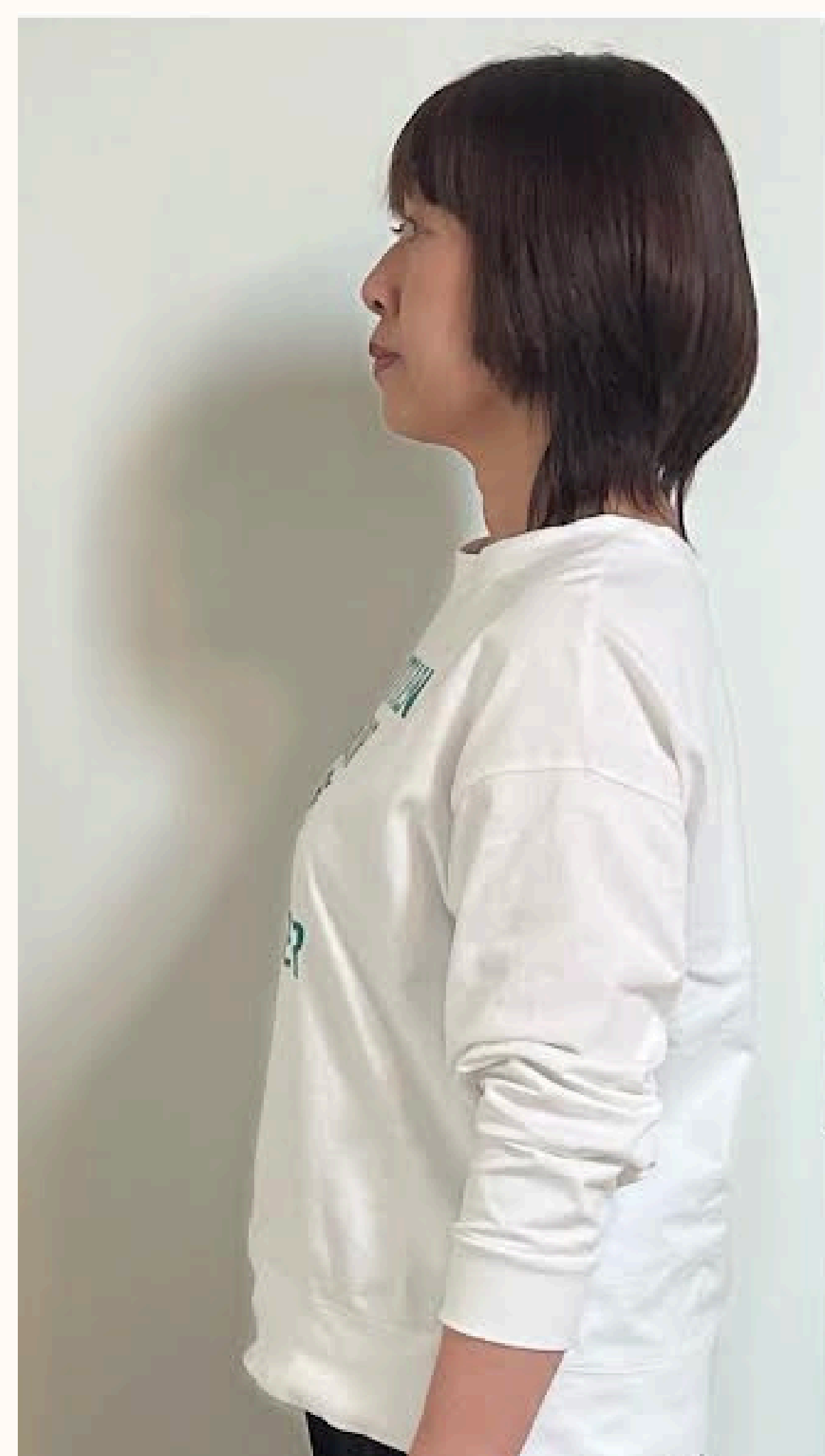
受講生さまの変化のご様子



受講初日



受講一か月目



受講初日



受講一か月目

T様（受講一か月目）

食事のアドバイスを実践し、食後の眠気がなくなりました。

セルフリフレクソロジーをした翌朝は、首回りがいつもより楽です。

フェイシャルセルフケアでは
目の大きさが整い、首回りがスッキリしました。

MORINE（森音）セルフケア講座

通常価格

1回 15,000円×5回 ➤75,000円
(1回あたり15,000円)

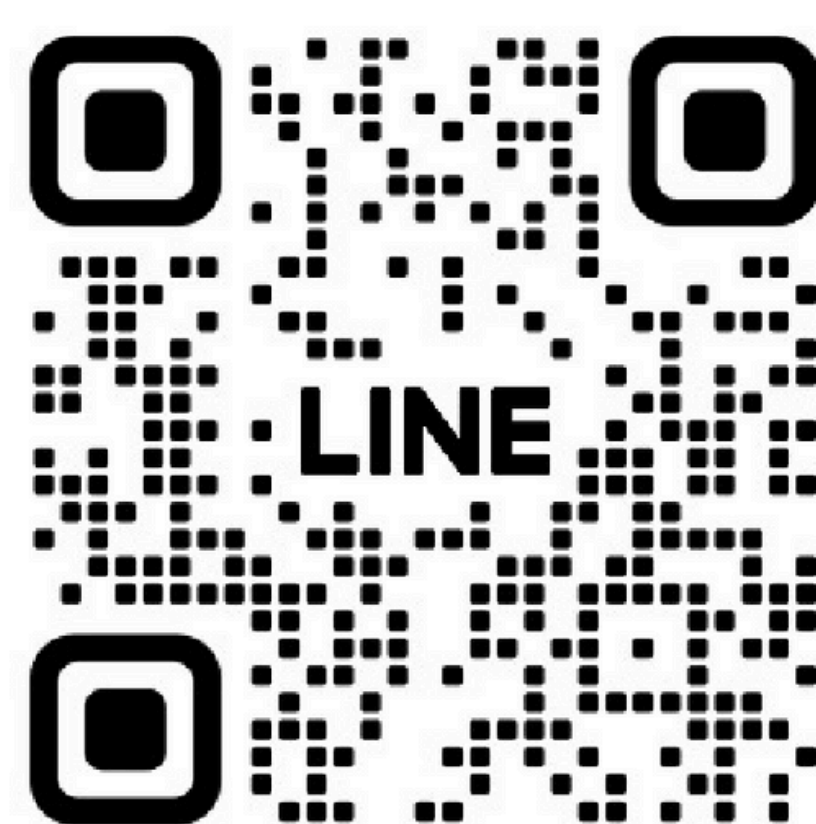
〈森音オープン記念特別価格（期間限定）〉

2名以上でのお申込みの場合

お一人7,500円×5回 ➤37,500円
(一回あたり7,500円)

※BeforeAfter写真にご協力いただける方への
オープンキャンペーン価格です

空状況・日程のご相談はこちら ↓



※LINEでのご連絡が一番スムーズです

[← トップページへ戻る](#)