

みどりの中で さらさらもからだもリフレッシュ!

アロマ&ヨガ 6月29日(日) in 戸隠

新緑の戸隠で、心をゆさぶるアロマセラピーと、体をのびやかに解き放つヨガが
出会いました。日頃のストレス解消に、癒しのひと時を過ごしてみませんか!

* アロマセラピー *

mini 講座

TVで話題の「脳を若返らせる香り」(認知症予防)
をテーマに、そのメカニズムを学びましょう。
朝と夜用のブレンドアロマを作ります。

朝・夜用スプレー 2本お持ち帰り

PM.13:30 ~ 15:00



* アロマヨガ *

アンチエイジングをテーマに、
アロマとヨガの相乗効果で体の
内側から代謝 UP!

心と身体をほくして、
元気になりましょう!

AM.10:30 ~ 11:30



* ハンド トリートメント *

アロマオイルとスキンシップで、
最高のリラクゼーションを!

AM.11:00 ~ 12:00

PM.13:30 ~ 15:00

1回 500円



* ランチ ♪ *

ペンションあぜりあさんオリジナルの
ワンプレートランチを頂きます。



* 軽食の販売も
あります!

AM.11:30 ~

PM.13:00



ミニデザート付

(ランチ + アロマ or ヨガ講座 + クラフト | 個)

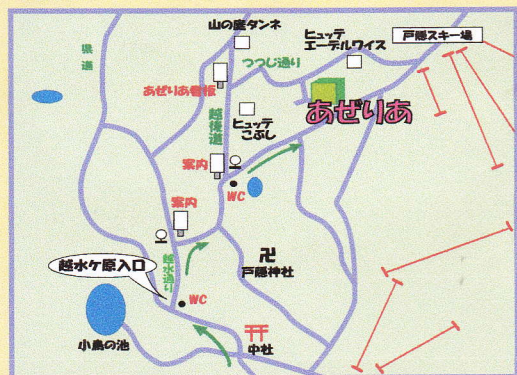
費用: 3,500円

受付にてチケットをお渡しします。

* 大人 2名様以上で、おひとり 3,200円

- ・アロマとヨガの両方の講座に参加ご希望の方は、+500円
- ・講座のみをご希望の場合は1,500円です。
- ・クラフトは1回 500円で、ご自由にご参加頂けます。

場所: ペンションあぜりあ



戸隠 3671-2
(越水ヶ原)

TEL: 026-254-2236

* アロマクラフト *

暮らしの中にちょっとアロマを
取り入れてみませんか!?

◆ サシェ 1個 500円
◆ エアフレッシュナー

AM.11:00 ~ 12:00

PM.13:30 ~ 15:00



お申込み、お問い合わせはピュアまで



JAA日本アロマコーディネーター協会認定加盟校
TEL.026-215-1189
FAX.026-259-7540
〒381-0042 長野市稲田3丁目25-7

(営業時間)
平日 AM.11:00 ~ PM.16:30
土日 PM.13:00 ~ PM.16:30
(定休日)
毎週木曜、祭日 土日不定休

<http://www.majyokko-sally.com>