

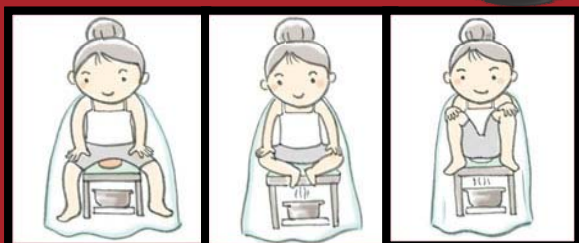
♡ ハーフ蒸し・よもぎ蒸し ♡

— 自分のカラダを美しくする —

よもぎ蒸し とは??

よもぎ蒸しとは、
乾燥させたよもぎを煎じた
蒸気で下半身を中心にポカ
ポカ温めます。

①服を脱ぎ
マントを着ます。



②いろいろな態勢に動いてみましょう



③水分補給も
忘れずに

④シャワーを浴びて
さっぱり♪



婦人科系の改善、アレルギーの抑制作用、美肌・美白の美容効果、新陳代謝の向上、ダイエット、血行促進、手足の冷え、生理痛、更年期障害、痔、便秘に効果があると言われています。

また、「体質改善+癒し」の時間としてもお楽しみ頂けます。よもぎを独自にブレンドした蒸気を全身に浴びます。独自の香りとその効果をぜひ体験してみてください