

道東唯一のアーユルヴェーダ



より健やかに長生きするために

アーユルヴェーダ 体験キャンペーン

1 体験イベント フットケア

開催場所 / シルバーシティときわ台ヒルズ

開催日 / 11月4日(水)・11日(水)・18日(水)・25日(水)

時間 / 各日14:00~16:00 シルバーシティときわ台ヒルズ入居者様限定
各日5名様限定

同時開催

開催場所 / アーユルヴェーダ ひだまり

時間 / 各日9:30~12:00

各日5名様限定 参加費 / 1,080円(税込)

施術内容 / フットケア (約40分)



施術効果

全身に通じる足のツボを通して内臓を刺激。肩こりや腰痛の改善にも効果があるとされています。足湯をして温めることにより、足先の抹消神経や毛細血管の働きをよくし血流をスムーズに。むくみの解消にも役立ちます。

2 体験講座 ハンドケア

開催場所 / 道新文化センター

釧路市黒金町11丁目5-1 (道新ビル)

開催日 / 11月28日(土)

時間 / 13:00~15:00

受講料 / 1,080円(税込)

講座内容 /

1 アーユルヴェーダと
オイルトリートメントの基礎知識

2 手荒れ予防・改善。
さらに美しくする方法を学ぶ

3 セルフハンドケア。
大切な方へのハンドケア

お申し込みは『道新文化センター』へ
☎0154-25-2509【事前予約制】

はじめての方限定で

通常価格より **30%OFF**

期間 / 2016年1月23日まで

メニュー例

オイル
トリートメント

首・肩 3,200円 → 2,240円(税別)

背中 4,800円 → 3,360円(税別)

フットケア 3,800円 → 2,660円(税別)

ハンドケア 3,500円 → 2,450円(税別)

アーユルヴェーダってなに!?

インドやスリランカなどで5000年以上も前から体の不調を改善してきた世界最古の伝統療法です。豊富なハーブの知識で不調・不具合の根本を探り排除することで、その人の健康を自然な形で取り戻すことを大切にしていくというのがアーユルヴェーダの概念です。



ピーリスファミリーより

はじめましてティラック・ピーリス(と、あぎ)です。本場であり故郷のスリランカのアーユルヴェーダを広めたいと思い、スリランカとインドで資格を取得。今年の5月にお店をOPENしました。日本人に多い頭痛、肩こり、腰痛、ストレスの緩和など健康面でのお手伝いが出来ると思いますので、一度ご相談にいらしてください。



道東唯一の
アーユルヴェーダ

アーユルヴェーダひだまり

釧路市住吉1丁目11番33号 ☎0154-64-9796(予約制)

☐ ayurveda.hidamari@gmail.com ホームページ: http://peris.jp

