

整体コース

「はじめに」

こちらのコースは、体操指導を通し、保護者様（特にお母さん）のケアも必要であると感じ、始めさせていただきました。本当は一番体のメンテナンスが必要である産後でも、小さなお子様を連れては中々整体には通えず、開いた骨盤のまま放置せざるを得ない状況にあるお母さんが多くいらっしゃり、なんとかしなければと立ち上がりました。こちらのコースご利用時には、どんなに小さなお子様でも、ご一緒にお連れいただいて構いません。体操用のふわふわのマットの上で寝ころばせたり、おままごとセットで自由に遊ばせたり、施術を受けていただいている同じ部屋でのんびり過ごしていただきます。同じ部屋で過ごしていただくので、何かあればすぐに対応できる安心感があります。また、教室内貸し切りとなりますので、泣いたり騒いだりも一切気にすることなくご利用いただけます。希望であれば跳び箱や鉄棒、ボールや縄跳びも出させていただきます。体操指導はいたしません、教室内の道具は自由に使っていただけます。整体に行きたいけど子どもを預けるのは気が引ける、子どもと離れるのは不安、そんなお声に応えたコースとなっております。

「内容」

スポーツ整体、リラクゼーション整体、ボディケア整体の中からお選びいただき、1時間の間で骨盤矯正など症状に合わせて必要なストレッチ指導とマッサージを行います。各整体の特徴は以下に記載しております。**特に希望が無い場合は、現状をお伝えいただき、お任せでも構いません。**オイルマッサージは行いません。苦手な方もいらっしゃいますので、お香などは何も炊いておりません。

・スポーツ整体

激しい運動や特定のスポーツをする前（コンディショニング調整）や後（過度に使用した筋肉の疲労回復）にご利用いただく方にお勧めの内容です。

・リラクゼーション整体

心身共に癒すことを希望される方にお勧めの内容です。マッサージと関係の無い、子育て等のカウンセリングにも対応させていただきます。そうした心のケアにも重点を置いて、マッサージを行わせていただきます。

・ボディケア整体

日常生活で蓄積される疲労から生じる肩こりや関節の痛み、それらの原因（骨盤の歪み等）を見つけ取り除くマッサージを行わせていただきます。ご自宅でセルフケアする際のストレッチ指導なども行います。ひざが曲げづらい、下腹が出てきてしまった、そんな方にもお勧めです。

「料金」

1時間チケット3枚、もしくは現金3300円でご利用いただけます。ただし、以下に該当される方は割引がございますので、ご予約時にお申し付けください。

- ・ 小学校に入る前のお子様のいらっしゃる保護者様
- ・ お子様がデイサービス等を利用されている保護者様

こちらに該当される方は、お越しいただいた際に何かそれを証明するものをご提示いただきませうようお願いいたします。ご提示いただいた場合、チケット2枚、もしくは現金2200円でご利用いただけます。

「ご予約方法」

メール (info@life-asobi.com) か LINE (ID : mr.children-365) かお電話 (090-1280-5162) にご連絡ください。 トップページ下部にあるバナーの「教室の最新空き状況はこちら」というカレンダーをご覧ください、色のついていない枠の中から、ご都合の良い枠(日時)をお伝えください。メールや LINE の場合は、こちらからの予約完了のご連絡があった時点でご予約完了となります。お電話の場合はその場でご予約完了かどうかお伝えいたします。

「マッサージを受けられない方」

マッサージを行うことのできない方を記載させていただきます。以下に該当しなくても、受けられるかどうか何か不安な点のある方は、ご予約時にお気軽にお尋ねください。

- ・ 1週間以内にぎっくり腰をやってしまっている方
- ・ 捻挫や骨折、ひびなどの怪我をされている方
- ・ 産後1ヶ月以内の方(帝王切開で出産された方も同様)
- ・ 風邪など感染症にかかっている方
- ・ 施術前に飲酒をされて、体内にアルコールが残っている方

「キャンセル料」

小さなお子様は急に予定を狂わす天才です。「だから予約を入れづらい…」という方も多くいらっしゃいますよね。よって、このコースではキャンセル料は当日直前でも一切いただきません。何かあればお気軽にご連絡ください。また日を改めてお越しいただければ幸いです。