

🌸 チャンピサージ 🌸

首・肩・背中のコリ / 頭の重さ / 目の疲れ / ストレス緩和 / 頭皮の血行促進

頭・首・肩・背中をやさしくゆるめる アーユルヴェーダ生まれの
インド式ドライヘッドマッサージ 気の流れやチャクラを整えます

10分 (背中・肩・首・ヘッド お試しコース) 1000円

20分 (背中・肩・首・ヘッド + チャクラ調整) 2000円

30分 (背中・肩・首・ヘッド + チャクラ調整 + 顔・耳・上腕) 3000円

※ 延長10分につき1000円 ※ 20分・30分は、背中～ヘッドのみも可



🌿 セルフヘッドマッサージ講座 🌿

～ 頭・首・肩をやさしくほぐすセルフチャンピ ～

インド伝統のヘッドマッサージ「チャンピサージ」をベースに、オイルを使わず
いつでも、どこでも、ご自分でできるセルフケア方法をお伝えします

☆ 30分コース 3000円 (頭の基本セルフケア編)

📁 ご受講の方に「60分コース 1000円OFF券」プレゼント

☆ 60分コース 6000円 (頭+首+肩の本格セルフケア編)

どちらも テキスト + チャンピサージ体験(10分) 付き



💎 レイキ&クリスタルヒーリング 💎

ヒーリングの前後にペンジュラムでチャクラをチェック

クリスタルカードから“今のあなたへのメッセージ”をお伝えします

レイキのぬくもりで心と体をふんわりと整えていきます

20分 2000円

(レイキヒーリング 10分 1000円)



📖 現代レイキ講座 📖

ストレスを緩和し、チャクラのバランスを整え、心身を活性化する、日本発祥の
癒しの技法です。誰でもその日からヒーリングでき、修行は不要で一生有効です。

～ リクエスト開催中 ～

詳しくは、HP または Instagram をご覧ください。

- ・英国L.C.I.C.I認定 チャンピサージ セラピスト
(国際ホリスティック・ヘルスケア協会 正会員)
- ・現代レイキマスター
(NPO 法人 国際ホリスティック看護協会 公認)
- ・アーユルヴェーダ アドバイザー
- ・チェアヨガ・シニア介護予防ヨガ指導員



セラピスト 坪井 みゆき



@CITTA1963



ホームページ



公式 LINE

🍀 Citta チッタ 🍀