

🌸 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

インド式ヘッドマッサージ (オイル不使用)

気の流れやチャクラを整え 心も体もリラックス

10分 1000円 20分 2000円

🌸 チャンピサージ フルコース 🌸

30分 背中・肩・首・頭・顔・耳・上腕 3000円

上半身を丁寧にほぐし 深いリラックスと心地よい癒しをもたらします



🌿 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・ヘッドケア協会 正会員
- ・アーユルヴェーダ アドバイザー
- ・現代レイキマスター
国際ホリスティック看護協会 会員
- ・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

ちтта c i t t a
リラクゼーション



@CITTA1963



ホームページ



公式 LINE