



6月スタートクラス募集！

アロマセラピー基礎クラス

アロマセラピーレッスン ～セルフケアに役立てよう～

アロマセラピーの基礎を学び、日々のセルフケアに役立てましょう。

“誰かのため…”も大事な事ですが、自分を大切にすることが誰かの為でもあるのです。

自分の身体と心に向き合う時間を作ってみませんか？

☆日曜日クラス 全6回 11:00～13:00

(6月2日、6月16日、7月7日、7月21日、8月4日、8月18日)

☆木曜日クラス 全6回 19:30～21:30

(6月5日、6月19日、7月11日、7月25日、8月8日、8月22日)

時間 120分 (全6回)

受講料 各5,250円 (税込・材料・教材費込)

～内 容～

アロマセラピーの基礎と身体への作用を学びながら、心と身体と向き合いながら、日々の疲れやストレスから自分自身を癒すケアを中心としたレッスンです。

1,精油とは、簡単な歴史、取扱い注意事項、精油の特徴、キャリアオイルなど

2,身体とアロマセラピー (消化器) 精油3種類

3,身体とアロマセラピー (呼吸器) 精油3種類

4,身体とアロマセラピー (循環器) 精油3種類 (自分と向き合うブレンドオイル作り&セルフトリートメント実習)

5,身体とアロマセラピー (皮膚・筋肉) 精油3種類

6,身体とアロマセラピー (内分泌) 精油3種類 (自分と向き合うブレンドオイル作り&セルフトリートメント実習)

【お問合せ・お申し込み】 東京都東久留米市八幡町2-11-81 東京ホームケア株式会社

サブライセンター 2F

email : lepilote.hiro@gmail.com 石川裕子



Therapy Salon le pilote