

ナイトアロガゼーション

アロマオイルのセルフマッサージで
疲れた体を癒しませんか？

アロガゼーションとは

体の中には、リンパ液が流れています。
疲労や寒さ・ストレスなどの影響を受けやすいリンパ液の
流れを、マッサージをすることで活性化させ、
体に不必要な異物・老廃物を排出するテクニックです。
アロマオイルの効用も同時に期待できます。
ぜひ癒しの時間を体験してみませんか？

アロマオイルは、

「**ローズウッド**」「**レモンユーカリ**」「**セラニウム**」の3種類から選べます。

日時 5月10日（月）19:30~20:30
参加料 一般1,850円 65歳以上1,670円 減額1,490円（税込）
※受講当日の納入となります。予めご了承ください。
※上記受講料はオイル代を含んだ料金となっています。
※障がいをお持ちの方は減額料金となります。各種手帳をご提示ください。

対象 16歳以上の男女
指導員 小島 留美子 指導員
定員 10名（定員を超えての申込がある場合は抽選となります。）
申込期間 4月12日（月）～ 4月30日（金）
受付窓口またはお電話にてお申込ください。

抽選日 5月1日（土）
※落選された方のみご連絡いたします。

持ち物 バスタオル（※ヨガマットの上に敷きます）、汗拭きタオル
（オイルを使用するため、気になる方はハンドタオルをご持参ください）
上は首筋・肩が開いているもの。下は短パン・ジャージ等の動きやすい服装、
※水着（セパレートの上等）着用可 靴下、飲み物、靴袋

その他 ※当日10分前までに受付・納入をお済ませください。
※2階多目的室へお集まりください。
※ロッカーを使用される方は別途50円が必要です。
※教室の前後にプールをご利用される方は別途施設利用料が必要です。
※受講をキャンセルされる方は当施設までご連絡ください。
※当教室はリハビリを目的としたものではありません。

4月19日（月）は施設整備日の
休館のため受付いたしません。



《申込み・問合せ先》**豊平公園温水プール**




豊)美園6条1丁目1-1

☎(011)813-6556

地下鉄『豊平公園』駅3番出口徒歩3分 無料駐車場有

札幌市温水プールグループ指定管理者

 一般財団法人 札幌市スポーツ協会

私たちは、笑顔あふれる未来に貢献します