

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、

「ベルガモット」「レモンユーカリ」「ゼラニウム」の3種類から選べます。

日時 7月7日(月) 19:30~20:30
参加料 一般 1,100円 65歳以上の方 800円 障がいのある方 650円
※記載されている金額は税込金額となっております。
※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おります。

対象 16歳以上
指導員 小島 留美子
定員 11名(定員を超えた場合、抽選となります)
申込期間 6月2日(月)~ 6月23日(月) 10:00~20:00
受付窓口またはお電話にてお申込ください。
抽選 6月24日(火) ※落選者のみお電話いたします。
追加申込 空きがある場合、6月25日(水)より順次受付いたします。

6/16(月)は施設整備日のため
お申し込みできません。



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。

《申込み・問合せ先》

豊平公園温水プール

札幌市豊平区美園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