

北に富士山、南に天城連山。
それぞれを結ぶ線上に位置するラフォーレで、じっくり自分の身体と対峙する二日間！

2月

20日(土)
～
21日(日)

3月

6日(土)
～
7日(日)

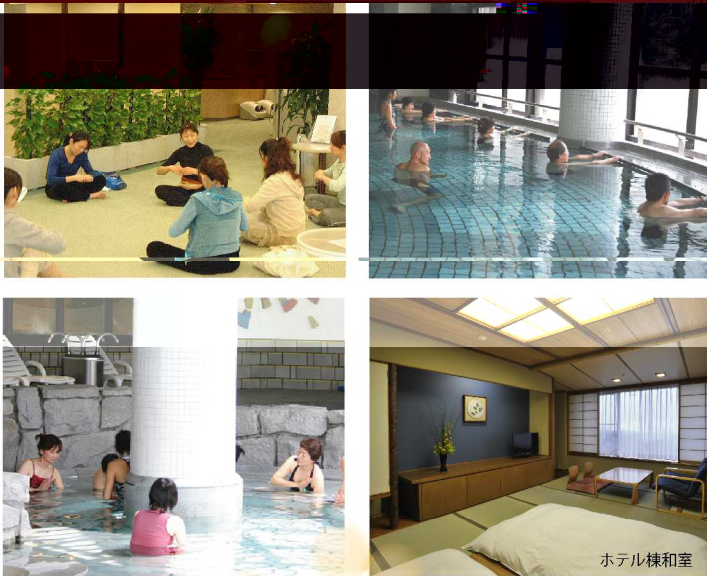
天城流湯治法体験ツアー

「からだの身体との対話」



天城流湯治法とは

杉本健堂氏が自身の病気や怪我を克服する過程で築き上げた、独自のセルフケア療法。伊豆ならではの「温泉」を使うというところ。身体の不調や不調の原因となる、自分では自覚できていない身体の「滞り」。「凝り」を見つけ出し、呼吸法やストレッチ、指圧等ではぐし緩めることで、血行を改善し、痛みを軽減させていきます。温泉のなかだけでなく、日常生活のなかでもいつでもどこでも実践できるケア法なので、習慣化しやすく、効果も持続します。腰痛や膝痛でお悩みの方には特にお勧めいたします。



ホテル棟和室

- 日程／*2月20日(土)～21日(日) *3月6日(土)～7日(日)
※いずれも1泊2日で開催。お泊りはホテル棟和室または和洋室です。
- スケジュール／*初日・13時30分までに集合 ・14時～16時 ボディワークⅠ(セミナールーム)
・18時30分～夕食(和食) ・21時～22時 温泉療法Ⅰ(水着着用)
*2日目・6時30分～朝の始動法(セミナールーム) ・7時30分～朝食(和洋バイキング)
・9時～10時 温泉療法Ⅱ(水着着用) ・11時～12時 ボディワークⅡ(セミナールーム)
・12時15分～昼食(和食) ※スケジュールが変わる場合もございますのでご了承ください。
- 参加費／お一人様 1泊3食付き**20,000円**(参加費、消費税込み)
〈入湯税は別。個室希望の方は、お一人様+2,310円となります。〉
- 定員／各日とも15名<予約制> ●講師／錬堂塾 星合淳子
- お問合せ・ご予約／TEL**0558-72-1664**(ラフォーレ修善寺 セールス&マーケティング課)まで。
- その他／最小催行人員を5名様、申込み締切りを開催日1週間前とさせていただきます。