

腸もみで理想の体に近づける

体の「凝り」と同じように腸でも「凝り」が起こっていることをご存知ですか?

毎日の食事・排泄・免疫機能などの仕事を請け負う腸は24時間ずっと働いているので疲労が溜まります。

疲れた腸になると、動きが鈍くなり、かたくなるため、血行不良や冷えを生み出します。

この「凝り」を解決できる方法が「自分で腸をもむ」こと。腸をもむことで血液の流れがよくなり、全身が温まります。そして暖かくなった腸は免疫力が高まるので、体や心に良い影響が現れてきますよ。

基本の 腸もみ

おへその周りをぐるりと押していくイメージ



一日たったの一分!

両手のひらでお腹を包み込み手の位置を変えずに時計回りにぐるーんと回転させます。

※10~20周を1セット

• 例えばこんなにいいことが!

- 便秘・下痢の改善、緩和
- 代謝がアップし体温上昇
- 免疫力のアップ
- 眠りの質がよくなる
- 頭痛、肩こり、生理痛などの解消
- 疲れにくくなる

編集後記

今回の通信はコースのご紹介を兼ねて症状からコースを選びやすいようにまとめてみました。

アドールは平成18年にオープンし、この7月で丸12年を迎えることができました。
最初はここまで続けられる自信はありませんでした。

これもサロンに通って下さっているお客様と裏方になって支えてくださっている方々のお陰と深く感謝しております。

メニューもお客様の症状改善やご要望にお応えしたくて、ひとつずつ増えていきました。

今年はホットペッパービューティーさんとのご縁で、ネットから新規のお客様よりご予約をいただき、大変嬉しく思っております。
既存のお客様や新規のお客様とのご縁を大切にして、末永くご愛顧いただけるよう励んで行きたいと思っております。

13年目のアドールはどうぞ宜しくお願い致します。

横山

あなたの体のお悩みは?症状に合った施術コースでスッキリした状態へ!! 症状別オススメマッサージコース

8月末まで期間限定 痩せたい夏・見せたい夏に!集中瘦身 部分痩せキャンペーン

Adore Magazine

2018 Summer



ご予約はこちらまで

090-5580-5221

プライベートサロン
アドール Adore

〒959-0232 燕市吉田東栄町 31-34

<https://www.web-adore.com/> Facebookやってます!



症状別に最適なマッサージで体調改善！！



こんな症状にお悩みですか？

足のむくみに

- ・足集中コース
- ・リンパ美容健康コース【ハーフA】
- ・フットコース



顔のむくみに

- ・リフトUPコース
- ・コラーゲンコース



お腹周りの
サイズダウンに

- ・お腹集中コース
- ・痩身コース【ハーフA】



便秘解消に

- ・腸マッサージ
- ・食生活アドバイス



代謝改善に

- ・遠赤外線ドーム
- ・リンパ美容健康コース



自分でできる
マッサージに

- ・サロンでのセルフリンパ講座



アドールの痩身コースを受けたお客様の声

50代 K.M様

Adoreさんの痩身コース、いつもメニューを見て迷ってしまうのですが、どうせするなら…とゴージャスな痩身コースを選んでいます。たっぷり時間をかけ、全身隅々まで丁寧に、程良いリズムと手の圧の流れで施術して貰います。受ける前の緊張した身体も終った後は気持ち良いのは勿論、身体も引き締まり、メリハリスッキリボディを感じます。少し疲れも残りますが、翌日にはすっかり身も心も軽くなつて若返ったよう！そして、Adoreさんに来た翌日は特にフットワークが良いのです!!

30代 K.O様

HPで「お二人ご予約キャンペーン」を知り「遠赤外線ドームとリンパ美容健康コース」を受けました。いつも汗をかけないので汗が出るとは思えなかったですが、時間はかかりましたが出始めたらすぐ出てびっくりしました。心地よかったです。マッサージはいつの間にか寝入ってしまいました。100分は長いと思っていたがあつという間で、ずうっとしてもらいたいくらい気持ちよかったです。身体も芯から温まっていてポカポカでした。又お願ひします。

痩せたい夏、見せたい夏

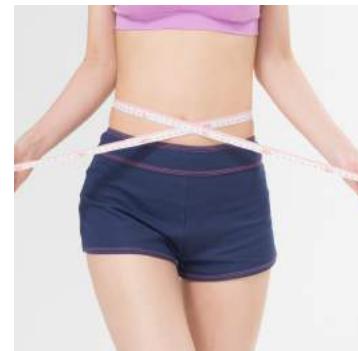
痩身 部分痩せキャンペーン実施中！



痩せたい夏、見せたい夏

痩身 部分痩せキャンペーン実施中！

夏に向けて気になる部分を集中的にスリムアップしませんか？アドールでは【痩身 部分痩せ】キャンペーンを実施中です。



お腹周りや二の腕、腿の中からあなたが気になる部分を一箇所選んでいただき、集中的にスリムアップさせましょう！日常生活での食事と運動についてアドバイスもさせていただくので、夏までに理想のボディラインへの一歩を踏み出せます。
※背中・デコルテもお選びいただけます

1回(30分) **3,000円** ※食事・運動アドバイス付
3回: **7,000円** 5回: **10,000円**

キャンペーン期間 : 2018年8月末日まで



夏にスッキリするなら CO₂パックがオススメです！

CO₂パックは、肌表面からCO₂（炭酸ガス）を与えることで健康な肌を作る、医療分野の新技術を応用了したスキンケアです。

肌本来のバランス感覚がO₂（酸素）濃度を上げようと働き、肌細胞の活動を活発にして肌の生まれ変わりを助けます。肌の老化を遅らせて肌本来の美しくなる力を促します！

「くすみ・シミ・しわ」など年齢と共に肌の悩みもあれこれ増えてきます。少しでも若々しさを保ちたい…そんな思いに応えるスキンケアです！



CO₂パックが試せるコースはこれら

免疫アップコース: 60分 **4,900円(税込)**
＜クレンジング・CO₂パック・リンパマッサージ・ロイヤル仕上げ＞

※1,080円プラスすることで他のコースでもCO₂パックを追加できます。