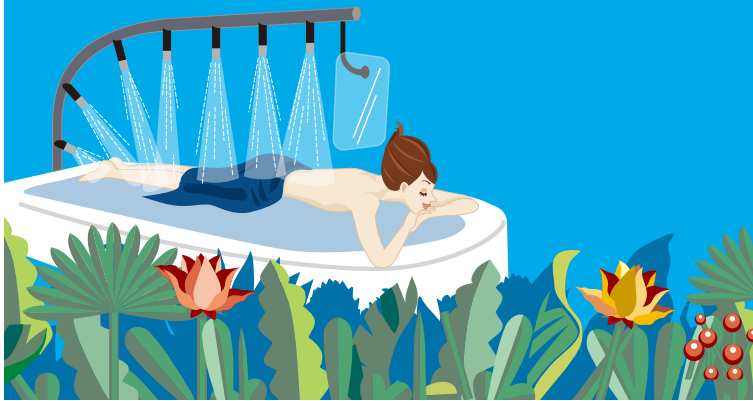


## 全ての基本はきちんとした呼吸が出来るカラダから。

レスピラシオンでは、しっかりと呼吸ができるカラダを作るために、デトックスやボディリフォームを軸にしたメニューで、皆様のカラダ(人生)のサポートをさせていただきます。

私たちが普段 あたり前に行っている呼吸。

しかし、現代のストレス社会の中でどんどん浅くなっていることにどれだけの方が気付いているでしょうか。疲労、老化、ストレスやネガティブな感情のしこりになどによってできた、筋肉の縮み、冷え、硬さが、自律神経、ホルモン、免疫などのバランス調整、内臓の働き、位置のずれ、最終的には病気を生み出してしまいます。これらを整えていくためにもゆっくりと深い呼吸がとても大切です。全ての基本は呼吸の出来るカラダから!!



### 曜日限定メニュー

金曜日

#### パートナーストレッチ

30min ¥5,000 (税込 ¥5,400)  
60min ¥8,000 (税込 ¥8,640)

#### パーソナルトレーニング

30min ¥5,000 (税込 ¥5,400)  
60min ¥8,000 (税込 ¥8,640)

### 腸セラピー

『腸は第2の脳』と言われていて、幸せ物質のセロトニンも大部分が腸で作られているとも言われています。日々の生活を送る上での感情のしこりが臓器に冷えやコリ、ハリとして現れます。これらを優しくゆっくりと解きほぐし整えていきます。

80min ¥15,000 (税込 ¥16,200)  
120min ¥20,000 (税込 ¥16,200)

### インナーデトックスセラピー

(セラピストが2名同時に担当させていただきます)

腸セラピー + ヒーリングリフレ + ヘッド&アイ + ハンド

70min ¥22,000 (税込 ¥23,760)

### ネイルケア

¥4,000 (税込 ¥4,320) ~

九州初!!

## アフュージョンシャワー



西洋の水治療法と東洋のツボ療法を融合させたアフュージョンシャワー(別名、ヴィシーシャワー)。体のセンターラインに沿って6つのノズル、さらに両足裏に向けて2つのノズルを配置。そこから噴出する水流が、全身の筋肉をほぐしツボを刺激し、疲労回復、血行促進、デトックス、体や心の健やかなバランスを整えます。

滝のようなマイナスイオン効果と雨音を聞いているような新しい体験で心身共に解きほぐされる最上級のスパタイムを・・・

代謝の低下

内臓の不調・冷え

自律神経の乱れ

首・肩のコリ

背中・腰の緊張

手足の冷え・むくみ

全身の倦怠感

サイズダウンのスピードアップ

アフュージョンシャワーの疲労回復効果は、ハンドマッサージの5倍以上、カラダへの熱伝導率は湯船の10倍以上とも言われ、筋肉を傷めずにこぼりをほぐし、効果的に血行を促進することで、様々なお悩みに効果が期待できます。

### Detoxリンパセラピー

アフュージョンシャワーの後、さらに岩盤浴にいるかのように身体を温めながら行うリンパケア。体内に溜まった老廃物をしっかりと排出しボディメイクしていきます。

80min ¥15,000 (税込 ¥16,200)  
150min ¥27,000 (税込 ¥29,160)  
180min ¥35,000 (税込 ¥37,800)

### Aromaticリンパケア

アロマセラピーとは、有機栽培された芳香植物(ハーブ)から抽出した100%天然のエッセンシャルオイルを用いて行う芳香療法です。植物の持つ有効成分を最大限に活用し、心と身体に深いリラクゼーションを与えます。アロマセラピーにリンパケアをプラスすることで、体内の血液循環を高めるとともに、老廃物の排出を促進します。

心と身体の両面から働きかける効果は、ストレスフルな時代だからこそ求められています。

80min ¥15,000 (税込 ¥16,200)  
120min ¥22,000 (税込 ¥23,760)  
150min ¥27,000 (税込 ¥29,160)

《ペアプラン》 お二人様と一緒に受けて頂けるコースです

80min ¥28,000 (税込 ¥30,240)  
120min ¥41,000 (税込 ¥44,280)  
150min ¥50,000 (税込 ¥54,000)

\*表示金額は2名様分です

SPA Detox & Body Reform  
**Respiración**  
レスピラシオン

営業時間 11:00 ~ 21:00(ご予約最終受付)  
ご予約はフロント(内線200番)まで