

こころも体も健やかに 和草ハーブボール作り

講師 & プロフィール TAKAKO さん

一児の母であり、ママときどきセラピストとして、イベントやワークショップを中心に活動中。
HBTA 認定ハーブボールセラピスト/ハーブライフインストラクター

<http://www.facebook.com/takakoherblife>

講座のねらい

何種類ものハーブを布に包み、温かく蒸して体に押し当て体をケアするハーブボール。タイやインドなど、アジア諸国を中心に、昔から伝統療法の1つとして治療で使われています。
老若男女問わず、ハーブボールを通じて伝わる自然のパワー、そしてどこか懐かしくホッとする香りと温かさを感じていただきながら、毎日を健康に、楽しく過ごしていただければと思います。

講座の内容

- 一回目：和草で作るハーブボール
- 二回目：小豆で作るハーブパット & ハーブボールミニ施術体験

持参品：筆記用具

* クーリングオフ適用なし



開 講 日

10/12, 10/19 金曜日 (全2回) 9:30~11:30

定員 8名

受 講 料

受講料 2800円 テキスト・教材費 4000円

開 講 場 所

豆子文化プラザ市民交流センター 第4会議室