

自然治癒力／アンチエイジング／姿勢改善／気の滞りの改善

美肌／元気／免疫力／原因不明の症状にも

2014年4月～本格始動！！
予約開始しました♪

気功ヒーリング ＋ セラピーヨガ

内容に変更がありましたら随時このページを更新していきますので、
ブックマーク登録してくださいね♪



* こんな事で悩んでいるあなたに *

- * 慢性的に疲れている、肩こりや腰痛がある
- * ヨガは自信がない、身体が固い
- * 健康診断でひっかかって様子見と言われた
- * 生理痛がひどい、PMS、吹き出物
- * 背骨に歪みがある、または歪みがひどい
- * 骨盤がずれている、左右の足の長さが違う
- * 風邪をひきやすい、免疫力が弱い
- * ストレスが多い環境
- * 自律神経のバランスが崩れていると感じる（イライラ、不定愁訴など）
- * ウツっぽい、気持ちが落ち込む



はあ～～～...



❁ 大丈夫 ❁

❁ こんな風になれるはず ❁

- ❁ 毎日の疲れが激減、肩こりや首こりも楽に
- ❁ あなただけのヨガで見た目も内面も変化
- ❁ 健康診断で様子見と言われたけど、放置しなくて良い安心感
- ❁ 生理痛/PMS が軽くなった、吹き出物が減った
- ❁ 姿勢が良くなり筋バランスも整った
- ❁ 骨盤が整ったら美尻に
- ❁ 風邪をひきにくくなった
- ❁ ストレスにうまく対処できるようになってきた
- ❁ 自律神経のバランスが整ってイライラなどの症状が減った
- ❁ 落ち込む事が少なくなった。感情のバランスが整えられてきた



* どんな事をやるの？ *

* まずは、カウンセリング *

まずはカウンセリング。

身体の何処にどんな症状があって、どんな風に困っているのかなどのお話を伺います。このカウンセリングによって、あなただけのプログラムの方向性や内容を決めていきます。

* 気功ヒーリング *

次に、施術用のベッドに寝ていただきます。あなたは寝ているだけ。気功ヒーリングをすることで身体がポカポカしてきたり、胃腸がグルグルと動いてきたりすることも。本来あなたが持っている自然治癒力を引き出していきます。

* セラピーヨガ *

ここから、ヨガを行います。ヨガニドラ、またはセラピーヨガを選択することができます。

ヨガニドラは、はじめにちょっとだけ身体を動かして身体をあたため、その後すぐに仰向けに

なります。あとは目をつぶって講師の心地よいインストラクションに導かれていくだけ。主に深層心理に働きかけます。眠っていた心の奥深くの意識に気づくことにより、セラピー効果を発揮します。

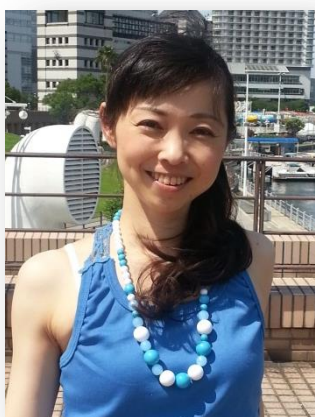
セラピーヨガは、主に姿勢改善、骨格改善、筋肉のリラックスによるコリの解消などを目的とします。骨盤の動きのチェックからあなたに合わせた動作の提案、全身の歪みチェックからあなたに必要な簡単なエクササイズの提案をし、実践していただきます。

これがヨガ？ モデルさんやスーパーヨギー（？）の行うような美しいポーズではない、「目から鱗」のあなただけのヨガで、あなただけの、本物の健康と美容を手に入れることができます。

* ヒーラー & 講師 *

こんにちは！

気功ヒーリングの施術とセラピーヨガの指導を担当させていただく、さとみ由奈と申します。



私は以前、職場や人間関係の酷いストレスから心身のバランスを崩したことがきっかけで、ヨガの本を手に取り、自宅でヨガをはじめました。はじめは軽いストレッチ程度から。ヨガをしている時間は本当に心地が良く、どんどん気持ちが落ち着いてくる感じがしたのを覚えています。

当時飲んでいた精神科の薬をやめ、その際にめまいなどの酷い症状が出てきたのですが何とかそれに打ち勝ち、その後何かに後押しされるようにヨガのインストラクターの資格を取得するべく、オーストラリアのバイロンベイへ向かいました。

帰国後すぐに教えはじめ、数カ月後にヨガ教室「YunaYoga」を開校。それからプライベートレッスンや出張レッスン、他スタジオのレッスンを担当し今に至ります。

気功のヒーリングに関しては、ヨガをすることも出来ない人が多いことに気づき（身体が動かないというだけではなく、気持ちの問題からも）、ヨガだけではなくその他の面からも癒しを与えることが出来れば、という気持ちから施術方法を学ぶことになりました。

家族や友人、ヨガの生徒さんにヒーリングを経験していただく中からヒーリングの素晴らしさを再確認しています。

あなたがもし、身体の何処かに不調を抱えていて、何をやっても治らなかった、もしくは身体を動かすこともおっくうで…と感じているのであれば、是非一度ご体験ください。きっと新たな気づきとともに新たな世界を手に入れられることと思います。

* 予約 *

※完全マンツーマン

※レディースオンリー（YunaYoga の土曜日レッスンに定期的に来られている生徒さんはこの限りではありません）

ご予約フォームはこちらから。→ [「気功ヒーリング&セラピーヨガ」予約](#)

※PCでは画面右側にカレンダーがあります。

オレンジ色の部分が予約可能日時ですので、日付をクリックすると予約フォームに移動できます。

* 料金 *

- 1回 ~~7,500円~~ → キャンペーン価格! 5,500円（登録費用なし）

* お問い合わせ *

お問い合わせはお気軽に。

[YunaYoga ホームページのお問い合わせフォーム](#)から、件名を「気功ヒーリング」でお願い致します。

お問い合わせフォームからのお返事は24時間以内にお送りいたします。

返信のない場合、メール不着、お客様のサーバーからのGmailの受取り拒否またはメールアドレス違いの可能性がありますので、yuna.satomi@gmail.com（全角の@を半角の@に変更してください）に直接メールをお願い致します。

携帯から送られる場合は、必ずこちらのアドレスからのメールを指定受信してください。

気功ヒーリング
+
セラピーヨガ

Yuna Yoga