

キッズアスリートのためのホームケア講座

VOL.1 心と身体の疲労回復編

IAPA
+

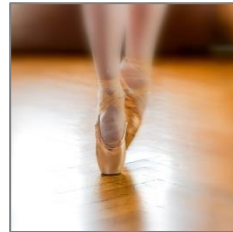
「手当て」ってすごいパワーを持っている。
手でふれているだけで、痛みがなくなったり、ココロがあたたかくなったり。
それが私たちの原点です。

運動しているお子様の心と身体のケアをおうちでしてあげたい！
そんな声から生まれた新しい形のワークショップです。

毎日、毎週末、スポーツをがんばっている子どもたち。
疲れて帰ってきたときに、何かしてあげたい…そんな想いを形にした、IAPA国際アロマプラス協会の夏休み特別講座です。

「休息」「栄養」、そして「心身をほぐすアロママッサージ」をテーマに、パーソナルトレーナー、アロマセラピストが手を組んでお届けするホームケア。

普段なかなか聞けないお話が満載です。正しい知識と難しい手技ではない良質な精油やマッサージオイルを使ってできるアロマケアを学びませんか？スポーツをしていなくても、毎日の家族のケアにもおすすめです。



こんな方におすすめです。

- ✓ お子さんがスポーツをしている保護者の方
- ✓ お子さんのために何かしてあげたい！という保護者の方
- ✓ プロ向けではなく、まずは家族に手軽にできるアロママッサージを知りたい方
- ✓ いい筋肉をつくる食べ物、トレーニングなどを知りたい方
- ✓ 家族のコミュニケーションとしてマッサージケアに興味がある方

◆日時 2015年8月18日(火) 10:00~12:30

◆会場 あざみ野駅周辺施設(お申し込みの方にお伝えします)

◆募集 20組(親子1組、保護者の方だけでもお申し込みいただけます)

◆参加料 一般価格 6,500円 IAPA会員価格 5,000円

◆内容 第1部: 講義「栄養、休息について」
第2部: 講義・保護者「アロマセラピーについて」、キッズ「アロマクラフト」
第3部: アロママッサージケア実技

◆講師 栄養・運動: パーソナルトレーナー 安藤宏行氏 HP <http://physical-a.com/>
アロマケア、アロマクラフト: IAPA協会 齋藤智子、大石咲世、丸尾真理子他

◆備考 内容には講義、アロマケア、アフターケアアロママッサージオイル材料費含む。
お子様の年齢は問いません。マッサージオイル作成ができない場合はこちらで用意したものをお持ち帰りいただきます。(追加の場合は材料費@1,000円)

◆お申込 <https://pro.form-mailer.jp/fms/e7de486879479>

【お申込フォームQRコード】→



■お問合せ■

IAPA国際アロマプラス協会 事務局
HP <http://www.iapa.or.jp/> TEL 03-5843-7956