

# 5年後、10年後... 美しい自分であるために 今からすべきこと

P.10からの続き

## 目標

### 春までに-10キロを達成したい

#### 全身120分フルコース

「年末年始でうっかり太ってしまった」「冬になると脂肪を溜め込んでしまう」そんなあなたに全身フルで脂肪も疲れもみほぐしてくれるこのコースがオススメ。今月限定で首・肩リフレッシュマッサージもついてお得!



①個室サウナで発汗  
まずはサウナマッサージでデトックス。脂肪燃焼しやすい身体へ。



②背中・腰・お腹のマッサージ  
リンパをすっきり流し脂肪を徹底分解!



③ツイン脚マッサージ  
スタッフが二人で息を合わせて行う「ツイン脚マッサージ」は同店の特色!



④1回でウエスト-5.6cmの好結果。  
全身フルコースを体験した56歳の方は1回でお腹が引っ込み、何とウエスト-5.6cmに成功!

#### シティライフ福袋特典

全身オールハンド120分フルコース...通常32,400円→初回**10,800円**  
お疲れ解消!首肩リフレッシュマッサージを無料追加サービス  
(1月末まで・新規の方のみ・要予約)

年末年始に全身を大掃除!高技術をたっぷり!体験コースの充実度も示す1回での効果に定評、中でも1番人気の全身フルコースが今ならキャビテーション付で瘦身力アップ。さらに、今月限定で「首・肩マッサージ」も無料オプション。



会員の約50%が40代以上。若いだけでなく、年齢によって気になるぽっこりお腹や、健康維持を兼ねたダイエットで通う中・高年の方も多数。



インドエステの本場スリランカでも定期研修を行う高技術スタッフが誠実に対応。ご自宅でのケアアドバイスも含めて、目標まで全面バックアップ。

- Menu 1年間アフターサポートキャンペーン開催!
- ①【オールハンド】脚orお腹集中60分コース .....16,200円
  - ②【オールハンド】上半身or下半身90分コース .....19,440円
  - ③【オールハンド】全身120分フルコース .....32,400円

- 特典 「シティライフを見た」で、
- ①30周年記念【脚orお腹】60分パーツ集中スリム .....4,900円
  - ②上半身90分集中コース .....8,640円
  - ③下半身90分集中コース .....8,640円
- (1月末まで・新規の方のみ・要予約)

### Kabul 三宮店

神戸市中央区琴ノ緒町5-4-23  
サンデンビル2F  
営業/10時~20時(受付19時)  
日・月定休 ※女性専用、完全予約制  
☎0120-62-8780  
http://www.kabul-sannomiya.com



リバウンド知らずの「痩せ体質」を目指すなら代謝を上げやすい冬がベスト!インド医学に基づく高密度ハンドテクで新年を新しい体型で

気温の低下に合わせ身体が自然に代謝を上げる今の時期はダイエットに最適!40代、熟年層の方も始めやすい、健康的にムリなく痩せるならインドエステが

オススメ。痩せやすく太りにくい体質に変えるインド医学理論「アーユルヴェーダ」に基づいたオールハンドマッサージで脂肪を強力分解し均整の取れた美しい体型に。体質別のオイルはハーブ

からベースに至るまで全て手作りのオーガニック仕様。創業30年、日本初のインドエステ技術を開発した同店で春に向けてマイナス10キロを目指そう!



### たっぷり贅沢90分で驚きの効果 癒されながら「1回で結果」を実感

某女性誌読者投票で6年連続グランプリの同店。修復型ヒアルロン酸や高濃度配合のデトックス専用オイルを使用した「リジュ・スーパースリム」が大好評。自力では落とせない凹凸セルライトを徹底的に排出!ケアはたっぷり90分と贅沢!1回で目に見える効果を実感して。今月のみ体験価格が税込3,000円と大変お得!今年こそ大幅減量を実現しよう。

- 特典 「シティライフを見た」で、
- リジュ・スーパースリム10回コース3ヶ月集中ダイエットプラン .....通常189,000円→20%OFF 151,200円 (1月末まで・要予約・新規の方のみ)

#### シティライフ福袋特典

リジュ・スーパースリム(体験120分)(カウンセリング&ボディチェック・遠赤外線トルマリンドームサウナ・リジュスリムマッサージ・スターバック・EMS(中周波)orヒートバンテージ)

通常 18,900円 → 初回 **5,400円**  
➡ **3,000円**  
(1月末まで・要予約・新規の方のみ)

### セラピエール 苦楽園店

西宮市南越木町14-2  
パルドモネB1F  
営業/10時~21時  
(土・日・祝~19時)  
(近隣にコインパーキング有)  
完全予約制



☎0798-76-5508  
http://www.celapierre.com/  
セラピエール で検索



今年59歳になったオーナーの田中さん自ら13~9号、体重6kg減に成功。ハイレベルな技術で「結果にこだわる」姿勢が頼もしい!



特典 「シティライフを見た」で(読者限定)何をしても体調が良くならない女性をレスキュー!冬の限定キャンペーン

- 毒素リンパデトックス活性リンパマッサージ+リンパフェイシャル(42,900円/約180分)
- 初回お試し**19,800円**  
(1月末まで・要予約・新規の方のみ)

#### シティライフ福袋特典

冬の限定キャンペーン  
毒素リンパデトックス活性リンパマッサージ+リンパフェイシャル(42,900円/約180分)  
通常初回お試し **19,800円**  
➡ **(1,500円OFF) 18,300円**  
さらに美容フェイシャル(通常2,700円)プレゼント  
(1月末まで・要予約・新規の方のみ)

### 西宮 活性リンパマッサージ専門サロン ボディアラボプラス

(Body Labo+)  
西宮市甲風園1-6-11-3F  
西宮北口北西出口より徒歩1分  
営業/10時~18時半 不定休  
完全予約制 12/30~1/3まで休み  
(全室個室・女性専用)  
※初回はクレジットカード不可  
☎0798-63-7667 ボディアラボプラス で検索

### 何をしても体調が良くならない人が最後に選ぶ活性リンパ専門店

慢性的に続く頭痛やめまい、不眠や倦怠感に悩むあなた!オーナーが心身のバランスを崩した時に会った「活性リンパマッサージ」。遠赤外線を芯から温め、独自の手法で深部の老廃物にアプローチし、代謝をスムーズにして不調を改善。料金以上の結果で遠方から通う人も多数。何をしても改善しない...と悩む人は一度行く価値有り!

## 健康・美肌・心身を癒す 極上のトリートメント

たっぷり100分 **5,000円**(税抜)

美容の専門医が監修する最先端の臨床エステ。完全個室で極上のひと時をご堪能いただけます。

**フット** スイスの最高級ブランド「ポールシェリー」プレミアム足癒せコース  
脂肪厚がわかる超音波BFI測定付  
14,500円相当→**5,000円**(税抜)  
施術内容:BFI→フットバス→リンパドレナージュ→バンテージ→温熱・マット→マッサージ

**フェイシャル** 極限まで美白効果を追求したフェイシャルトリートメント  
エンピロンフェイシャルトリートメント(100分)  
医療用肌診断で肌年齢、隠れたシミを見ることができます。  
14,000円相当→**5,000円**(税抜)  
施術内容:肌診断→トリプル毛穴クレンジング→高濃度ビタミン導入→お仕上げ

クリニカルエステ ケーラボ TEL 0798-33-2400

### Labo

http://klabo.info/

西宮市羽衣町5-13 ワジュール夙川ビル6F (KOSHOクリニック上)  
営業時間9:00~19:30 阪急線 夙川駅 徒歩3分  
定休日:日曜、祝日、年末年始、お盆

**ネイルキャンペーン(1月末まで)**

- ・全員1級ネイリスト在籍
- ・使う器具は医療消毒済みで安心。
- ・個室でゆっくり。

ハンドジェルネイル 選べる定額制 **4,900円**均一(税抜)

お客様満足度 **98%!!** ※当店舗

## シワ取り タルミ取り

最新のシワ取り注射「アルカミド」  
〈シワの長さ1cmにつき10万円(消費税別)5年保証付〉  
5年以上の持続効果がある非吸収性の注入治療で、眉間や額、ほうれい線などの深いしわも治療できます。注射のみで10分程度の施術です。

**痛みや出血を抑えるマジックニードルを採用**

**イレスミ除去レーザー治療**  
〈長さ1cmにつき施術1回ごとに1万円(消費税別)〉  
黒で5回、カラーで10回の照射が目安になります。

**切らないプチ豊胸術「アクアフィリング」** **小陰唇縮小**  
〈両方30万円 片方20万円(消費税別)〉  
〈両方30万円 片方20万円(消費税別)〉

**乳房縮小** **ワキガ多汗症完全完治**  
〈乳房縮小手術 150~250万円(消費税別)〉  
〈両ワキ38万円(消費税別)〉  
臭いの元となる汗腺を除去できる根治手術。

**あさひ美容外科**  
小国英昭 院長  
110円/800円

最新のシワ取り治療を紹介  
オレにまかせろ!

全国10院共通・提携OK  
☎0120-889-480  
【大阪梅田院】 阪急梅田駅 東へ徒歩5分  
【HP】www.asahi-biyou.or.jp