



冬美活のススメ  
▼  
ダイエット編



自分に合った方法ではじめる 効率よく

Diet

ダイエット

つつい食べすぎてしまったり、家にこもりがちになってしまう冬。  
お正月太りや冬太りをしてしまっていないですか？  
成功エピソードを参考に、自身に合った方法で効率の良いダイエット計画を立てませんか。



**成功のカルテ** 40代 Kさん

**ジャンル** アーユルヴェーダ

**期間** 4大痩身マシーン+アヴィヤンガ全身2ヶ月

**結果** 体質改善の成功で8kg減

初めての体験で、まさかの1kg減！冷感性・肩コリ・むくみも改善、通うたびに体の変化を実感出来ました。憧れのくびれも手に入れて、10年前のワンピースが着れました！



お腹の脂肪を解してマルマ(つぼ)を刺激すると、ゴボゴボと音が出て老廃物が出てくる。すると、みるみるくびれが出現...

お正月太りの緊急対策もお任せ  
新マシンで脂肪を根こそぎ撃退

「お正月から太ったまま。体重が元に戻らない」。それは、完璧なお正月太り。2~3kg増を甘く見ず、脂肪が定着する前に今すぐ「お正月太りをなかったことに」！アーユルヴェーダは世界三大医学の一つ。インドハーブで体内バランスを整え、脂肪やコリ、むくみ、老廃物を独自の手法で排出。さらに、入浴法、食事などの親身な個別コーチングで成功へと導いてくれる。お正月太りの緊急対策は、20~70代を満足させる完全個室のサロンに決まり！

**アーユルヴェーダ痩身サロン SAMSARA** (サムサラ)

茨木市宮元町1-1 ハイムフロイデ2F (1Fセブンイレブン) 営/10時~21時 (受付18時半) 休/日曜・祝日 完全予約制 女性専用 ☎072-631-3630 (HP予約可) http://www.ayurveda-samsara.com/

**Menu**  
アーユルヴェーダ体験 (この記事持参の方だけの特別価格)

- 新マシン+アヴィヤンガ(全身)150分 ..... 体験8,000円
- アヴィヤンガ(全身)120分 ..... 体験7,000円
- アヴィヤンガ(全身)+フェイスorヘッド120分 体験10,000円 (全て税別)

※初回はカウンセリング60分有。時間に余裕を持ってお越し下さい。(初来店の方限定。2月末まで)

**特典** お年玉キャンペーン (2月末まで)  
●先着10名様限定 通常コースを**お年玉価格**で!



1.ムギュとお腹の脂肪を絞り出す!硬くなったセルライトを、柔らかくなるまでよくし、大量の汗と一緒に老廃物として排出。ポッコリお腹もスッキリ!

2.キャピラジオーレーザーLEDの4つの機能を持つパワフルな痩身マシン!脂肪を溶かし代謝を上げ、老廃物として体外に排出。更に脂肪細胞を減らして、リバンドしない体を作る。

3.太もも裏のセルライトを絞り込んで落とす!インドハーブとの相乗効果で、むくみや冷えも体質から改善。ヒップアップ&足長美脚効果がスゴイ!

**成功のカルテ** 40代 みどりさん

**ジャンル** 全身ミオセラピー

**期間** 即効性。定着するまで2.5か月

**結果** 何をしてもダメだったウエストラインにくびれができた!



1.ウエストのくびれやヒップが上がるのをその場で実感!

癒しの贅沢オールハンドで  
コリと毒素と脂肪を排出

春のイベントに向けて計画的にダイエットを考えている人必見!長年溜めたガチガチのセルライトがある人や、冬太りは今のうちから徹底的にケアを。同店は鍼灸師の資格を持つセラピストが顔や体の歪みを調整し、完全オールハンドで筋肉をほぐしながら老廃物やコリ、むくみを改善してくれる。また、コースを組まず、部位によってその都度金額設定ができる事や、1か月以内の来店で割引になるシステムなのでかなりお得!

**salon de μ** (ミュウ)

茨木市竹橋町6-13 ハイソオーキータ竹橋ビル202 営/平日10時~20時 土日10時~18時 火曜定休 Pあり ☎072-624-8687 接客中は電話に出られない場合があります。 http://www.salonde-my.com/



2.中国のすいなガルーツのミオセラピー。体の歪みを見て脚の長さを左右調整。コリとむくみが取れて若々しいシルエットに。

3.取れにくい背中や腰のセルライトもぐいぐい流す。血行が良くなら代謝もUP!

**特典**  
「シティライフを見た」で(新規の方・2月末まで)

- 全身ミオセラピー(70分) ..... 15,120円→**5,400円**
- シルクde美骨筋筋マッサージ(70分) ..... 12,960円→**4,900円**

さらに上記メニュー、2回目以降は1ヶ月以内の来店で通常価格から半額に!

**成功のカルテ** 50代 Mさん

**ジャンル** ラジオ派・キャビテーション・LED

**期間** 約3か月

**結果** 体重-14kg ウエスト-30cm



1.ラジオ波+LED(熱や少し温熱効果により血流改善。「脂肪を燃やして排出する」次に「毒だセルライト」を「サージ排せ」身体を芯から温め、大量発汗を促す。「老廃物を排出させ代謝を上げる」)

2.キャビテーション(溶かす) 特殊な超音波で「脂肪とセルライトを溶かす」

3.デトックスマッサージ 手技によって余分な脂肪をさらに排出。「しっか」り解し、血流、リンパ液の流れを正常に

ダイエット大会優勝の確かな技術  
創業34年実績でキレイに痩せるを実現

全国ダイエット大会で優勝するなど数々のコンテスト受賞実績のある創業34年のファニービー。痩身成功者が多い関西初導入の「キャビロポリスリム」は、ラジオ波・キャビテーション・LEDの3つを同時に施術が可能となり、1回で5~6回分の痩身効果が実感できる。「短時間で効果を出したい」「体質を改善したい」「高血圧が気になる」という人に、ぜひおすすめしたい。

**医療機関提携サロン ファニービー**  
http://www.funny-bee.jp/ 驚きのビフォー・アフター写真はHPに掲載!今すぐチェック

■茨木本店 ☎072-645-1107 茨木市西中条町1-1 ハタセビル3F JR茨木駅から徒歩1分 Pあり 営/月曜~金曜11時~20時 土曜・祝日10時~18時 日曜定休

■高槻店 ☎072-672-5520 高槻市城北町2-2-1 小路ビル3F 阪急高槻市駅から徒歩1分 ※城北通り入ってすぐ3F 営/月曜~金曜11時~20時 土曜・祝日10時~18時 日曜定休 完全予約制

■吹田店 ☎06-6386-0013

**特典**  
「シティライフを見た」でキャビロポリスリム(150分) ..... 通常35,640円→**5,000円** まつ毛パーマ・通常2,160円→**1,620円** (2月末まで・要予約・初回限定)

今、話題の痛くない、しめない  
**セルフホワイトニング**  
**3,800円!** (1回/税込)

**低価格・短時間で実現可能な、歯のセルフのホワイトニング。** 歯にも身体にも安心・安全な、溶液とLEDライトを使った施術です。カウンセリングから始めて約30分程度で完了するので気楽にご使用いただけます。

**こんな方に**

- ☑歯の色が気になる
- ☑タバコやコーヒーが好き
- ☑気になった時に、すぐなんとかしたい
- ☑痛いのはイヤだ!

待ち時間ナシ!  
ここがポイント  
気軽に 早くて お手頃価格

1回で平均2トーンアップ実績あり!  
※効果は個人差があります。  
※ホワイト溶液は医療法人DSA天神徳永皮膚科クリニックが監修しています。

茨木初登場  
ネイルサロン **Parfum** 茨木市別院町7-5 三友ビル2F ☎072-623-1118 茨木市別院町7-5 三友ビル2F ☎072-623-1118

●今なら、6回コースを予約すると**1回分無料**に!(3月末まで)