

これで夏の薄着も怖くない!

自分に合った方法ではじめる

効率よくダイエット

重ね着でごまかした季節はもう終わり! 薄着の季節がやってきました。
自分に合った方法で効率良く憎っき脂肪を撃退しませんか?
心強い味方になってくれるサロン・スタジオを紹介します。

成功のカルテ 50代 まさみさん

How to 全身メディセル

期間 1ヵ月(4回)

Success 体重が-3.1kgに!

頑固なセルライトを撃退 メディセル吸引で効果的ダイエット

幅広い世代が通う中、「エステ×整体」で特に40代50代に結果を出し続ける隠れ家的ダイエット専門店。「全身メディセル」コースは体重を落とすだけでなくセルライトも同時に分解する。さらにリバウンドしにくい体質改善もうれしい。

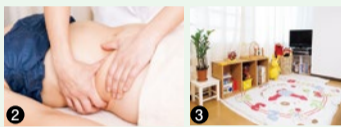
ヘルシースリムJuu

(十全美容整体院併設)

吹田市五月が丘北1-15
ベストレジデンス南千里4F
(支子谷バス停降りてスグ) 駐車場あり
営/10時~20時(受付19時まで)
※完全予約制 日祝定休
お下さまお預かりOK

☎06-6816-7897

ヘルシースリムJuu で検索



1. 吸引などのほか脂肪を柔らかくほぐして分解し、セルライトを効果的に除去!
2. ハンドで丁寧にリンパを流す痩身マッサージ
3. 子連れママも安心のキッズルームではお下さまのお預かり、お食事もOK

特典

- 「シティライフを見た」で
【メディセル】
- くびれウエストコース..... 21,600円(4回)
 - 全身コース..... 38,400円(4回)
 - 1回体験(上半身or下半身)..... 3,900円(6月末まで・要予約)

成功のカルテ 40代 M.Mさん

How to 90分全身コース

回数 8回

Success ガチツついたセル脂肪がなくなり特に腰回りが女性らしくびれ!

「1度の体験でウエスト-5cm」 スゴ技で絞る・流す究極痩身術

「ダイエットに成功したことがない」「体重は減ったけど寸胴体系のまま」「皮が残っている」と悩んでいた女性が「キレイに痩せることができた!」と自信を持ち、通うごとにどんどん綺麗にさせている実力派サロン。体の奥の隠れたセルライトまでつぶして体の外へ排出するので1回でも効果実感。自己流ダイエットでは難しいくびれのあるメリハリボディをあなたも!



マシンと手技の合わせ技がスゴイ!

トータルビューティサロン サロン・ド・アンマン

箕面市如意谷1-6-4
営/10時~20時
予約制 無休 Pあり

☎072-722-2411

ダンディアップ
☎072-725-3660



特典

- 「シティライフを見た」で
- 脂肪溶解くびれコース..... 3,000円
 - 二の腕・背中コース..... 3,000円
 - 美脚+美尻コース..... 3,000円
 - ダンディアップ無痛ひげ脱毛、おなか痩せ..... 各5,000円
- ※税別価格(6月末まで・要予約、新規の方のみ)

成功のカルテ 30代 Nさん

How to 五臓ヨガ

期間 2ヵ月

Success カラダの外側も内側も
バランスの取れた身体に

オリジナルヨガの「五臓ヨガ」で経絡や全身の気血水の流れを調整し、見た目だけではなく身体の内側を含む「整った身体」を手に入れる事が出来る。

オーガニックカフェ併設で 睡眠・栄養・運動そして美を提供

“HAPPY・HOPE・HEALTHY”をコンセプトに、カフェを併設したお洒落なスタジオ。一面ガラスの開放的な空間でのレッスンは、痩身や運動不足の解消といった成果はもちろん、日常に豊かさや刺激ももたらせてくれて、通うこと自体が楽しみというゲストが多数。レッスンはヨガ、ピラティス、シルクサスペンション、ダヴィンチボディボード、マタニティなど実に多彩で、東洋医学を組み合わせたオリジナルヨガも。それも、初心者向けやダイエットにオススメのレッスンと充実していて、目的に応じて選べる。さらにカフェでは美容と健康に特化したオーガニックジュースやローフードで栄養面からキレイに。身体の内側から確かな健やかさと美しさを手に入れられそう。ぜひ一度体験レッスンへ。

H Three Studio&Cafe

(エイチスリースタジオ&カフェ)

豊中市庄内西町2-22-8
しまビル3F/4F
庄内駅西口すぐ
営/9時~21時
(日曜のみ 9時~15時)

☎06-6332-2222



1. 東洋医学×ヨガを合わせた「五臓ヨガ」。6/3の2周年イベントでは1日限りのスペシャルレッスンも!



2.3. 鍼灸師、管理栄養士在籍のオーガニックカフェも併設。コールドプレジューズやスムージーなど提供、体の中からキレイに。

- Menu
- 体験レッスン..... 980円
 - 月4回会員..... 8,900円
 - ドロップ料金..... 3,240円
 - マンスリー会員(1ヶ月受け放題)..... 10,800円

特典

- 「シティライフを見た」で
- 体験レッスン期間中(※1)に入会するとマンスリー会員が2か月で..... 10,800円
- さらに、体験レッスン1回目に入会の場合
入会手数料..... 3,240円→**無料!**
美容鍼・骨盤矯正が**50%OFF**
※1 体験レッスン1回目から1ヶ月間(6月末まで)

成功のカルテ 40代 N.Nさん

How to アヴィヤンガ全身コース

回数 1回

Success トータル-14.3cm、
体脂肪1.2%減

座位スタイルで肩甲骨や背中の脂肪を解した後、いた気持ちいいハンドテクニックで全身トリートメント。肥大した脂肪はマシンで一掃する。

冷えた頑固な脂肪を燃やして落とす インド痩身で「痩せる楽しさ」実感

何をやっても痩せなかった人が、「来るたびに痩せて楽しい!」と感激。インドハーブオイル使用のパワフル手技で居座り続けた脂肪をしっかりとほぐし、岩盤浴&遠赤ドームでデトックス! コリ、むくみ、冷えの改善も。ボディセラピスト国際ライセンス取得、エステティシャン育成講師、ヒーリングヘッドスパ協会認定講師のオーナーにお任せ!

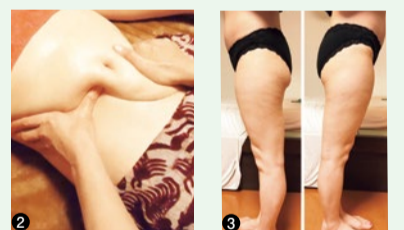
豊中 痩身アーユルヴェーダ・アロマ

SALASA (サラサ)

豊中市上新田4-16-3
秀和ハイツ1F
(阪急南千里駅より徒歩12分)
営/10時~20時(完全予約制)
日祝休・女性専用(全個室)
P有

☎06-6318-7708(10時~18時半)

(施術中は留守番電話の対応になる場合があります)
(HP予約可) http://sa-la-sa.com



1. ガチガチ・ぶよぶよセルライトを撃退! お腹のお肉や背中のお肉もスッキリ。2. ポッコリお腹の脂肪を熟練手技でグイグイ揉み込んでメリハリボディに! 3. 元祖セルライト潰しの「スーパーセルライト」。1回の施術で太腿を引き締め、ダンヒップアップ! (左) 施術無し (右) 施術有り

Menu

- 全身本格痩身インドエステ(ヘッドスパ付)トライアル価格
- アヴィヤンガ全身(120分)..... 12,000円
 - HIFU(ハイフ)60分..... 10,800円
 - スーパーセルライト 60分..... 3,200円
- ※アヴィヤンガとマシンの組み合わせ セット価格1,000円OFF!

特典

- 「シティライフを見た」で
- アヴィヤンガ全身に「スーパーセルライト」をサービス! トライアル価格**12,000円**(120分)
 - 8周年記念キャンペーン 読者様限定先着10名様 通常コースを **最大25%OFF!** (6月末まで)

キレイを応援するWebサイト /

City Life
ビューティ
Beauty



シティライフおすすめの北摂~阪神間のビューティサロンを紹介する専門サイト。ヘア・ネイル・ボディ・フェイシャル・リラクゼーション・コスメまで続々更新中!



各店の詳しい情報はQRコードからチェック!



http://citylife.citylife-new.com

編集部 よしみん