

NANBU マルシェ in NANBU BASE

4月18日(土) 10:00-17:00

フランチ横浜南部市場内 NANBU BASE(海辺広場前)

肩こりスッキリ ¥500
ワンコインマッサージ



追浜わかば治療院
肩こりスッキリマッサージ
500円



facial care Lirio &
KOHOLA JEWELRY
シミケア&ジュエリー
500円

H&H RIN SHOP

花降るマルシェのリース屋
4500円



PERFECT RE:SET

全身バランス矯正

1000円



miisa♡prana
ヘナ&ジャグアタトゥー
1500円～



Aroma&Herb salon sunshine
30分アロマリーディング
2500円



うずの花

陶器雑貨のお店
1200円



湘南ソリス

関節トレーニング
4000円

関節トレーニング
湘南ソリス



関節トレーニングとはー
「正常な関節運動」を妨がらずためのセラピクスです。
小学生からトップアスリート、シニアの方(70歳まで)が実践をすること
なく関節を強化できるトレーニング法です。
肩、腰、首、目、手首、膝、足、など全身のあらゆる関節に痛みやコリが
生じるのは、摩擦がなれたり、ズレながら動くことで関節内に負担が
かかっているからです。
ではなぜ、関節には負担が起きるのでしょうか？
それは、「セボリ筋」という、うまく使えていない筋肉があるからです。



iaorana
ペーパーモビール
1600円



各ワークショップのQRコードを読み取っていただきInstagramのDMか、
NANBUマルシェ事務局のメールからご予約ください。

nanbu.marche0123@gmail.com

事前予約制ですが、空きがある場合は当日もご参加いただけます。



NANBUマルシェ事務局