

## ゲルマニウム温浴メニュー表

回数	1回（20分）	回数券（6回分）	回数券（10回分）
耳ツボダイエット中の方	¥1,200+税	¥6,600+税	¥10,000+税 粗品プレゼント
それ以外の方	¥1,500+税	¥8,400+税	¥13,000+税 粗品プレゼント

特徴・・・1回20分の温浴でなんと**約600kcal**消費できるといわれており、これはエアロビクス**2時間分**に相当します。

**効果1** 脂肪燃焼効果・・・発汗し、体脂肪が燃焼して楽に効率よくカロリー消費ができます。さらに、温浴を続けることで体脂肪が付きにくいカラダになっていきます。

**効果2** 健康効果・・・老廃物が排出され血液サラサラ状態に。血行促進、新陳代謝効果でカラダを弱アルカリ性に保ち、肩こりや冷え性、腰痛・婦人疾患に効果があると言われてています。最近では、『**自然治癒力**』を高めるという報告もあります。

☆この他にもカラダにうれしい効果がたくさんあります！ぜひお試しください☆彡

汗をかきますので、必要な方は着替えをお持ちください。

※効果の感じ方は、体調・体質などによって異なり、全ての人に同様の効果が現れるものではありません。