

Reflexologyとは？



足裏にある**反射区**をくまなく刺激して、全身の臓器や器官に間接的に働きかけることで、**不調の改善**や**美容効果**が期待できます



オイルを使うことの**メリット**は**摩擦を減少**させることで、通常のマッサージよりも効率的に**リンパの流れを改善**できます。リンパは**老廃物を運ぶ**役割があります！その働きを**促進**させることで、様々な**効果**があります^^♪



リフレの**効果**！！

- ・足の**つり**改善
- ・**ストレス**軽減
- ・足の**だるさ**重さの改善
- ・**むくみ**・**冷え**改善
- ・**リラックス**
- ・**老廃物**排泄促進
- ・**血流**改善

