

今どきの  
たいそう  
3だい大爽

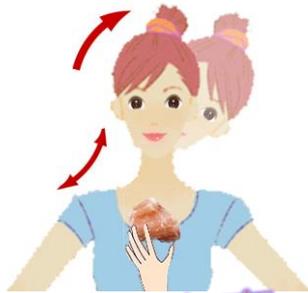
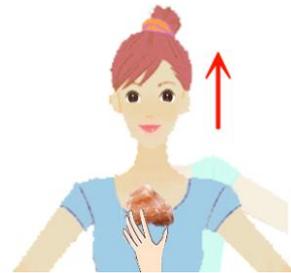
「岩塩ユラユラ大爽（おおいなる爽快さ）」と「お腹モミモミ大爽」と「お腰ブラブラ大爽」を超健康のための3だい大爽（たいそう）としてお勧めしています。

最近の自然環境の変化により、地球と共鳴する喉にある「自律神経のつぼ」が、非常に簡単にすれやすくなっています。皆さんくれぐれも「岩塩ユラユラ技法」での調整をお忘れなく！！

岩塩ユラユラ技法とは、私たちが「自律神経」のツボと呼んでいる喉より下におりた鎖骨と鎖骨の結合点に、岩塩の塊を片手で持って置き、肩を「ユラユラ」という声を出しながら上下左右に30秒位振ることで、自律神経をバランスさせることができ、体の決断力や、判断力が正常になる働きがあります。食事・飲み物や健康食品・薬をとる時にするとそれらのものを最大限生かすことができます。

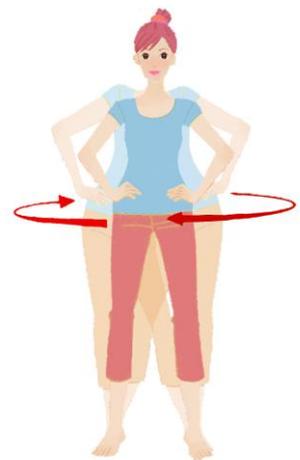
お勧めで～す！

岩塩ユラユラ大爽



お腰ブラブラ大爽

「お腰ブラブラ大爽」では、立った状態で、足の間隔を腰幅位に開いて安定させ、両手を腰に当て、ゆっくりと優しく、「ブラブラ」と言いながら、一方向に腰を3回（または、5回、または、7回）回転させるものです。ここでのコツは、やり易い方向にゆっくりと、優しく行い、楽しく、気持ち良く回すことです。決して無理はしないことです。逆の方向には全く行わないか、一回軽く行います。この大爽は腰の歪みを正す為にしていますので、同じ回数すると歪みを正せません。必ず差をつけてください。楽しく嬉しく爽快に！



お腹モミモミ大爽



「お腹モミモミ大爽」では、お風呂の湯船に浸かった状態の時に、お腹を優しくモミモミして、固いところや違和感のあるところをお湯の中でほぐすことです。この時、「モミモミ」と声を出しながらするとより良い効果が得られます。腹は生命の源、便秘解消やいろいろな良き効果が期待できます。



E-Ma. Sound Co. Ltd.

株式会社イー・マ・サウンド

〒839-0816 久留米市山川野口町 16-31 大島ハイツII 303

TEL(FAX) 0942-45-0222