

10月25日(水) 基礎コース 実技「リンパマッサージ健康法」

講師：白藤 友子 先生



リンパとはどういうものか？その働きについて説明を受けたあと、顔から鎖骨へのライン、脇の下、背中、足とリンパを流す動きを学びました。みなさん、滞っていたリンパの流れ、すっきり解消されましたか？

