ハンドリフレクソロジーの手順

　　　　開始前:タオルセッティング＆ご挨拶

　　　　お客様の右手から始めます

１　ホールディング

２　左手を出前にスライドさせ、右手で掌及び前腕、上腕屈側にオイリング

３　前腕及び上腕屈側のリンパドレナージュ×３　上腕屈側へのペトリサージュ

４　お祈り(10カウント)

５　オープンチェスト×２

６　指抜き(親指～小指)

７　指間＆ラブつなぎ

８　手の甲(４指揉捏法)

９　反射区(大腸、泌尿器、肝臓、胃の母指強擦法またはポンパージュを各３セット)

10　ランダム(母指強擦法またはポンパージュ)

11　背骨の反射区のトレース＆生殖器の反射区

12　掌のナックリング

13　オイリング(前腕及び上腕伸側)

14　エフルラージュ

15　ツボ＆リンパ節へのアプローチ

16　ツイスト

17　前腕及び上腕屈側～指先までのフリクシオン×３

18　オープンチェスト×２

19　前腕及び上腕屈側のリンパドレナージュ×３

20　ソーラープレクサス(10カウント)

21　お祈り(10カウント)

22　オイル拭き取り、ホールディング (右手終了)

23　タオルセッティング～左手のトリートメント

公益社団法人アロマ環境協会認定スクール　ナチュラルセラピー癒し工房

http://www.aromabancho.jp/