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/