

こもろ 癒し・健康 フェスタ

開催日 2022.9.19 MON

時 間 10:00 - 15:00 (一部9:00スタート)

場 所 大手門公園「まちタネ広場」&
小諸宿本陣主屋

小諸市大手1-6 (車でお越しの際は大手門公園駐車場をご利用下さい)

大人も子どもも、食べて・動いて・くつろいで。心と体を癒しにきませんか？

癒し

健康

アーユルヴェーダ 体
(natural healing salon moe's green nest)

肩甲骨はがし・ドライヘッドスパ等 (バルやまいち) 体

カイロプラクティック施術体験 体
(カイロプラクティックわのん)

お灸と耳つぼ・お灸の販売 (ハルトオキユウ TALVELA) 体

ハンドトリートメント等 (ポーラ浅間ショップ) 体

ボディケア (healing space Shanti) 体

ほぐし整体 (りふれ健康館小諸) 体

ネトラバスティ&ドライヘッドスパ&フェイシャルエステ 体
(Humming Bird)

癒しのアロマソープワークショップ 心
(ジュエルソープナナエ)

癒しのオリジナルインテリア雑貨の販売 心
(あかりとくらし)

9:00 ~ 10:00 (受付 8:45 ~) ※事前申込 (定員 30 名)

体 ウォーキングでビンゴ (小諸市健康づくり課)

10:00 ~ 11:00 ※当日参加あり

体 まちタネヨガ (講師：白石奈美)

体 下腹ぺたんこ ES トレ ~ 骨盤調整 & 体幹トレーニング ~
(温活健康サロンラリマー)

体 嗅覚反応分析 IM チェック (ムスビ舎分室)

体 血管年齢を知って、今後の健康を一緒に考えよう！
(住友生命保険相互会社)

食 地元の素材と小麦を使った焼き菓子 (みち草)

食 オーガニック食用油販売 (Natural Oil Market)

食 玄米粉パン・サンドイッチ (ORIZA+ パン食堂)

食 米粉のシフォンケーキ (シフォンケーキ工房ふわり。)

心 生年月日で知って学べる統計学！ ISD 個性心理学
(emptiness)

and more

主催

信州マルシェクリエイト
090-9146-9636 (篠原) smcreat2020@gmail.com

協力

まちタネ広場事務局
(株式会社 UR リンケージ)