

# がんばってます

I'm doing my best!

## コンディショニングサロンBless

事業内容 ボディコンディショニング  
 所在地 埼玉県熊谷市原島645-1デンクマル2F  
 営業時間 完全予約制(女性のみ)  
 予約方法 公式サイト又はLINEでお問い合わせください  
 U R L <https://www.bless2020.jp/>  
 L I N E <https://line.me/R/ti/p/%40250ikqhw>



## 心と体を整えるコンディショニング 動けるカラダをいつまでも

誰もができる、一生続けられる

筋肉へのアプローチで、本来の美しい姿勢や機能を取り戻すメソッド「コンディショニング」。「コンディショニングサロン Bless」では、姿勢分析を行った後、背骨や筋肉に優しい揺らぎを与えて体をリラックスさせる「リセットコンディショニング」、使えていない筋肉を動かす「アクティブコンディショニング」を行います。施術前後には必ず、モニタリングをして体の変化を確認。徳田さんは「コンディショニングで身体は変わります。症状が出ている部分だけでなく、その原因にアプローチして根本的な改善を目指したいですね」と語ります。

運動を通じ、たくさんの感動を

2020年、様々な業種が集まるシェアオフィス「デンクマル」にオープンした同サロン。「人との出会いが多くて、いい場所です」と徳田さん。長年通い続けるお客様も多く、姿勢改善や体幹の強化、脚のラインがきれいになるなど、「目に見える成果」を実感されています。

「動けるカラダをいつまでも」とお客様をサポートしながら、常に調子のいい心と体であるためには「セルフケアが重要」として、日常生活の中でできる運動も伝えています。今後はより多くの地域で体のケアの大切さを知ってもらうため、グループレッスンやセミナーの開催も計画中。「特に若い世代への啓発活動に力を入れて、予防的なケアの重要性を伝えていきたいです」と目を輝かせています。



コンディショニングは、(一社)日本コンディショニング協会(NAC)のオリジナルメソッドです。



代表  
徳田篤子さん



ここでは伝えきれない  
インタビュー動画

公開中

