クリニカルエステ イーズ

〈クリニカルエステ イーズ〉

Tel. 0465-46-1730
小田原市中里208
ダイナシティ ウエストモール4F
営業時間 〈平日〉10:00～20:00
〈土〉10:00～19:00
〈日〉10:00～18:00
定休日 ダイナシティ休館日に準ずる
駐車場 有
http://www.e-s.co.jp/salon/east04/

ANGE クーポン
フェイシャル・ボディ お選びいただき こちらのクーポンをご持参ください
有効期限:2014.12.30

今年最後を締めくくる特別な日のために…
E/sから感謝の気持ちを込めた贈り物

特典ギフト1 **シルクスキン フェイシャル**
肌質診断含む120分
通常9,720円 **2,980円**
お悩みに合わせたトリートメントを施すことでくすみ・毛穴の開き・ブツブツ・二重あごを解消。コンプレックスだった肌が感動モノの白肌に！
ディープクレンジング→ラブトヨパック→ウルトラクレンザー→フェイシャルマッサージ→吸引→モイスチャーパック→ロングネックトリートメント

特典ギフト2 **年内即痩せ ダイエット**
体質診断含む120分
通常10,260円～15,120円 **2,980円**
体質別に合わせてマシンを選んで効率よくボディメイキング！寒い季節は、より効果大♪冬の冷えた脂肪を“燃やして”“流して”“排出”
気血半身マッサージorキャビテーションorラジオ波orスターバックor高周波から2種チョイスして効率ケア

Esthe salon Na Pua Melia ezawara

〈エステサロン ナプアメリア〉

Tel. 0465-44-4671
小田原市中町2-5-3
営業時間 10:00～20:00
定休日 不定休(予約優先)
駐車場 有 カード利用OK・お子様連れOK
http://www.holla.jp/napuamelia/

スタッフ募集中

2周年キャンペーン 人気メニューをキャンペーン価格で

★まつ毛エクステ
150本 ¥4,500（税抜）

★光フェイシャル お一人様1回限り
通常¥12,800→¥8,000（税抜）
くすみ・シワ・たるみ・シミ・ニキビ・ニキビ跡・毛穴の黒ずみ・毛穴の開きなど、さまざまな肌トラブルに効果が期待でき、お化粧のノリも最高に！

★脱毛 全コース20%OFF（税抜）
※ほかの部位の価格はHP・お電話でお問合せください
さらにおとく!!

1回コース		1年コース	
脇	通常¥2,000 → ¥1,600	脇	通常¥15,000 → ¥12,000
ヒジ下	通常¥7,900 → ¥6,320	ヒジ下	通常¥55,200 → ¥44,160
ヒザ下	通常¥12,600 → ¥10,080	ヒザ下	通常¥88,200 → ¥70,560

★ジェルネイル

¥5,500 ¥4,500 ¥4,000 ¥4,000

★ブライダルエステ ご契約のお客様へ フェイシャルトリートメント・背中のケアをプレゼント!
★通常エステメニュー フェイシャル・痩身・脱毛・まつ毛パーマ・まつ毛エクステ
成人式ネイル・エクステ 受付中!
※詳細はHP・お電話でお問い合わせください。

メディカルサロン ROSE HONEY

〈ローズハニー〉

Tel. 0465-20-9313
足柄下郡湯河原町門川62-1
パレス湘南101号室
営業時間 10:00～20:00
火曜15:00～20:00
(随時21:00まで受付中)
定休日 なし
駐車場 有 ★湯河原駅から送迎いたします(要予約)
http://www.rosehoney.net/

他にも各種コースあります。詳しくはHPをご覧ください

スタッフ募集中

痩せたい方！ 一緒にやるから成功できる！ ローズハニーのダイエット

たくさんの方がダイエットに成功しています。
一度の施術で-3cm、1ヶ月で-5kgの驚きの効果が出ています。

驚異のサイズダウン
気になるお肉 2か所から3か所 集中 90分
ウルトラキャビ&ラジオ波&岩盤ヒートマット
¥10,800 → ¥5,000

更に加圧トレーニングを加えて引締めながらメリハリあるセクシーボディーライン 90分
¥12,540 → ¥6,000

肌質改善プログラム 1ヶ月2トライ
しみ、毛穴、たるみ コラーゲン再生

オーロラフェイシャル 75分	¥14,580
肌別フェイシャル 60分	¥5,400
ドクターリセラトライアルセット付	¥3,888

全て合わせて ¥23,868 → 50%OFF ¥12,000

Le Petit Trianon

〈プチトリアノン〉

Tel. 090-9345-4575
小田原市中曽根92-7
営業時間 10:00～19:00(応相談)
定休日 火曜日
駐車場 有
http://petit-trianon.babyblue.jp/
完全予約制 女性専用

ANGE クーポン
初回の方に限り セットコース ¥1,000 OFF!
※他サービスとの併用はできません
有効期限:2014.12.30

心をとかして 身体を癒し 肌を潤いで満たす
～鏡に映る貴女が変わる～

冬の潤い ここで差がつく!

潤い不足の肌にはリンパの流れを促進し老廃物を排出するリンパドレナージュがおすすめ！またストレスなどにより卵巣機能が低下し女性ホルモンの分泌が乱れると、自律神経も乱れて血行が悪くなり『冷え』を招きます。『冷え』は女性にとって大敵！リンパドレナージュやアロマトリートメントで血行を良くして、心も体も潤いで満たしてあげてください。

おすすめオプション

葉マム ¥2,000（税抜）

ホットストーン ¥2,000（税抜）

Menu

★肩こり・リラクゼーション・ホルモンバランス等の改善にお勧めです。
アロマトリートメント
*¥6,490（税抜）
*ボディ&フェイシャルセット ¥8,990（税抜）～

★リンパの流れを正常にし老廃物を排出するデトックス。サイズダウンにもお勧めです。
リンパドレナージュ
*¥5,650（税抜）
*ボディ&フェイシャルセット ¥7,550（税抜）～

★リンパの流れが促されることにより、むくみが取れて小顔に…。ハリと潤いに満ちた透明感を実感ください。
フェイシャル
*デコルテ付き ¥5,100（税抜）～

◆ブライダルコースのご用意あります
◆他にも多数、コース・オプションを揃えております。詳細はお問い合わせください

Hair Beauty PURE ヘアービューティー ピュア

Tel.0465-38-2520
予約優先
小田原市曽比1792
オークプラザ1FB
営業時間 9:00～18:00
定休日 水曜日、第2・3木曜日
駐車場 有
小田急線栢山駅 徒歩2分

驚きのPRICE！ ANGE特別キャンペーン

縮毛矯正 ¥10,800→ ¥1,500 OFF!
熟練のカット技術をお試しください
メンズカット ¥3,800→ ¥1,000 OFF!
シニアカット ¥1,000 OFF!
エステカラー ¥2,000 OFF!

成人式予約受付中 早朝着付け承ります
★他にも各種キャンペーンがございます。詳しくはお気軽にお問い合わせください。

Ravviva Esthetics salon

〈ラビーバ〉

Tel. 0465-48-4670
小田原市鴨宮809-11
営業時間 9:30～20:00
定休日 日曜日
駐車場 有 スタッフ募集中
http://www.ravviva.com/
完全予約制 当日予約OK
ネイルもやっています

ANGE クーポン
ANGE読者様限定サービス
広告内、メニューをお選びいただき、ご予約時に「ANGEを見た」とお伝え下さい
有効期限:2014.12.30

結果主義 90% リバウンドなし!
TVでも話題！
安全にセルライトを減少させ、さらにリンパを活性化。理想のメリハリ3Dボディをつくります!
切らない脂肪吸引 セルライトを完全除去 痩せやすく太りにくい状態へ

時短＆速攻痩せ！目に見てわかる即効性！
短時間で高い痩身効果《キャビリポDEX》あきらめていたお腹・脚・二の腕も大変身!

気になる部位を2カ所選んで
2ヶ所お選びください
お腹・背中・腰まわり・二の腕 太もも・ふくらはぎ・お尻
通常価格より 最大89%OFF
特別セット価格 ¥5,000（税抜）

〈施術内容〉
部位の温め→キャビリポで脂肪を乳化しセルライトを除去
→EMS、LEDで吸引トリートメント
→オールハンドによるリンパマッサージ
通常価格 ウエスト¥17,400 下半身¥18,800 二の腕¥14,250

湘南初! シミ・シワ・くすみに効果あり!!
水素水フェイシャル

■ベーシック水素フェイシャルトリートメント 60分
1回 ¥9,000 初回お試し ¥4,000
■スペシャル水素アンチエイジング 120分
1回 ¥22,000 初回お試し ¥9,800

ANGE特別講座

何度も繰り返す頑固な便秘には気分も憂鬱になってしまいます。
便秘は病気が原因で起こるものを除くと、
次のようなタイプに分けられます。

ゲンキノモト。 Body Care Labo 小田原店 吉川先生に聞きました！ Vol.11

頑固な便秘もあきらめずに！

吉川朝子先生

① 運動不足や偏食により大腸の働きが低下しているもの
改善策 適度な運動と水分・食物繊維・乳酸菌・酵素を多く摂るようにして、朝起きたらすぐにコップ1、2杯のお水を飲む。飲んだ後は少し動き回ると効果的。また、腹筋を鍛えて押し出す力を強化しましょう。

② 便意があるのに我慢を繰り返してしまう事で、次第に直腸が刺激に対して鈍感になってしまう
改善策 トイレに行く時間を確保して習慣づける。特に朝は時間に余裕をもちましょう。

③ 日常でのストレスによるもの
改善策 ストレスは精神面だけでなく、体にも悪影響を及ぼします。上手に解消しリラックスする時間を持つことはとても大切です。

上記の3つすべてに当てはまる方もいると思います。
便秘の原因はとても複雑ですが放っておくと、
しつこい肌荒れ・腹痛・むくみ、
ダイエットしても効果が出ない…など
美容と健康に良いことはありません。
便秘の解消には腸の動きを活発にする事。
それにはマッサージや体操で刺激することはとても有効です。
気長に継続して行いましょう。

ゲンキノモト。
広告もぜひご覧ください。

お腹すっきりストレッチ

① 仰向けになり右膝を抱える。ゆっくり息を吐きながら、太腿をお腹に引き寄せて5秒キープ。頭や肩が浮かないように。左も同様に。

② 左手で右膝をつかみ、ゆっくり息を吐きながら膝を左側に倒し5秒キープ。その時右腕、顔は右側。反対側も同様に行う。

③ 両膝を胸に抱え込む。頭が床から浮かないように1分保持。

④ 両足を閉じてうつ伏せになり、胸の横に手のひらを置く。

⑤ 背筋を使って手の平で床を圧しながらゆっくりと後ろに反っていきます。少し上がったら静止して3呼吸。

⑥ 息を吸いながら手の平で床を押し上体を反らす。たくさん伸びた状態で静止して呼吸をゆっくり深く5回。

無理をすると腰を痛めるのでゆっくりと。
また、腰に負担を感じる場合は手の位置を少し上にして、足を少し開きましょう。

お腹のマッサージも忘れずに！

お腹の上に両手を重ねて右下に置き、時計回りに円を描くように優しくマッサージ。
特に左下腹部が張っている場合はその辺りを優しく下に下げる様に押す。