

ファシアスリック テクニック



スリーウエルネスでは、
ファシアスリックテクニック(FaST)を使い、
筋膜を緩めることで、お客様の不調を改善いたします。

岡山県でFaSTを使用した、「筋膜リリース」が受けられるのは
唯一スリーウエルネスだけです。

1回/6,400円(税別)
45分施術

筋膜 リリース とは？

長時間、同じ姿勢や動作を継続すると、図のように全身に張り巡らされた筋膜が絡まり、シワになります。この「絡まり」「シワ」がコリや痛みの原因です。このような筋膜のケアに効果的なのが「筋膜リリース」です。



その痛み、筋膜の不調が原因かも?!

体の節々の痛み、
実は筋膜の不調が原因で起こっているかもしれません。

このような症状でお悩みの方は、
ぜひ一度、お越しください。

- ✓ 慢性的な肩こり、腰痛などに悩まされている
- ✓ 運動後、体の同じ箇所がいつも痛くなる
- ✓ 肘・膝などの関節痛
- ✓ 手・足のむくみが気になる



3
Wellness
Conditioning & Stay by OG Wellness

スリーウエルネス
0120-244-688

お気軽にお電話ください | ご予約受付時間 9:00~17:00

トレーニング・施術 営業時間/9:00~22:00(最終受付20:00)
〒700-0962 岡山県岡山市北区北長瀬表町3-1-8

※トレーニング・施術のご予約は7/15以降のご予約から承ります。お電話にてご予約ください。
※メールでのご予約はお受けできない場合があります。