



フッカ ヒーリングストーンセラピー by フィンランド

認定セラピスト講習

- * フッカ ヒーリングストーンセラピー認定セラピストとして、ディプロマ発行が発行されます。
- * ストーンセラピーセットは、30%OFF でご購入頂けます。(当日申し込み可能)

ビデムアカデミー第一弾は、ラピデムとフッカデザインとのコラボレーションによって実現した、フィンランドのフッカヒーリングストーンセラピー講習です。今回は、ゲストにフィンランドでセラピストまた代替医療の指導者として活躍する、RIITTA (リッタ) を迎えたスペシャルエディションです。

このセラピーは、単なるストーンマッサージではありません。フィンランドの地に 28 億年前に生まれ、化学的物質を一切含まない 100% ピュアな天然素材である素晴らしいユニークな天然石 (ソープストーン) を使い、RIITTA はフッカデザインと共同して、温めたソープストーンの治療的特質と、セラピストのタッチの魔法を融合させたセラピーを確立させました。ゲストの幸福感を促進し、感情を落ち着かせ、身体的にも効果的なセラピーです。



講習の料金 *開催場所は東京都内となります。

- A. フッカ ヒーリングストーンセラピー 基礎コース (2日間)
 - B. フッカ ヒーリングストーンセラピー スペシャリストコース (1日)
- *B のコースは、A の基礎講習受講した方のみ対象になります。

A. フッカ ヒーリングストーンセラピー 基礎コース (2日間)
 ・2023年11月16日(木) 10:00~18:00 (休憩1時間)
 ・2023年11月17日(金) 10:00~18:00 (休憩1時間)
 講習料金 (テキスト代含む) : 168,000円 (税込)
 ディプロマ費用 (事務手数料・発行費用含む) : 25,000円 (税込)
 定員 : 20名

B. フッカ ヒーリングストーンセラピー スペシャリストコース (1日)
 ・2023年11月18日(土) 10:00~18:00 (休憩1時間)
 講習料金 (テキスト代含む) : 88,000円 (税込)
 ディプロマ費用 (事務手数料・発行費用含む) : 25,000円 (税込)
 定員 : 10名

カリキュラム内容

A. フッカ ヒーリングストーンセラピー 基礎コース (2日間)

- ・理論講習及びストーンの説明
- ・背中の治療法の実演 (背中、肩甲骨、脚の後ろが含まれる)
- ・フロントサイドの実演 (顔、首、胸、腕、腰、脚)
- ・治療にとって重要な線と点
- ・ベーシックなストロークとテクニック
- ・セラピー効果を最大限に引き出すための体重の使い方
- ・実技実習

B. フッカ ヒーリングストーンセラピー スペシャリストコース (1日)

- ・セラピーの哲学
- ・より具体的なアプローチを実践
- ・様々なかたちのストーンを使用したセラピーワーク
- ・様々なストロークとテクニック
- ・効果的な置き石、敷石の実践
- ・実技実習



参加者の皆様へ

HUKKA ホットストーンマッサージクラスへようこそ!!
 トーンマッサージセラピーの方法について、あなたの知識と専門性を豊かにするために、私たちのクラスを選んでいただきありがとうございます。
 お一人お一人を心より歓迎いたします! 皆様をお迎えできることをとても嬉しく思います。
 HUKKA マッサージは単なるテクニックではありません。温めたソープストーンの治療的特質と、セラピストのヒーリング・タッチの魔法を融合させたセラピーの一種です。石を使った最良の方法を明らかにしながら、講師が常に指導にあたります。練習しながら、遠慮なく質問したり、説明を求めてください。
 2日間の基礎講習では、ストーンを使ったセラピーの効果を最大限に引き出すための体重の使い方や石の置き方、持ち方を学びます。全身のマッサージだけでなく、部分的なマッサージもできるようになります。
 心をオープンにして、一緒に飛び込んでいきましょう。
 このティーチングが終了するころには、きっと皆様が将来、本当に優れた HUKKA ホットストーンマッサージをクライアントに提供できるようになるためのツールと知識を手に入れられると、私たちは確信しています。
 HUKKA マッサージのギフトは、肉体的なメリットだけでなく、感情的、精神的な幸福感にもあることを忘れないでください。HUKKA ストーンの美しさと実用性は、あなただけでなく、あなたのクライアントにも役立つことでしょう。
 このクラスを本当に思いに残る、変容の体験にしましょう。
 楽しい心で、この指導と学習を楽しんでください。

RIITTA

講師について



RIITTA

鍼灸師・指圧・リフレクソロジー・マインドフルネスのプラクティショナー

リッタはそのキャリアを通して、セラピストとして、また代替医療の指導者として、卓越した専門性を発揮してきました。理学療法士としての基礎トレーニングは、常にプロフェッショナルな姿勢と理解をもって研究する足がかりとありました。西洋の基礎教育を受け、その一方で非常に実践的な東洋の知識を持ち、40年にもわたり様々なセラピーを実践しており、その幅広い知識を HUKKA HEALING に融合させた非常にユニークな方法を持っています。
 また、リッタはセラピストとして才能あるプロフェッショナルであるだけでなく、熱心な教師であり、革新的な思想家であり、4人の母であり、6人の祖母であり、妻でもあります。本と知識を愛し、気功の実践者でもあります。

28億年前に HUKKA ソープストーンが形成された地域に近くの Höytäinen 湖のほとりに住んでおり、湖畔のサウナに入ったり、自然のきれいな水で泳いだりするほか、歩いて行ける森の中でキノコやベリーを摘む日もあ

寺島雪江 (てらしま ゆきえ)

愛知県出身。ヴィセラジャパン、バンビュリージャパンなどを経て、2020年にセラピストとしてラピデムにジョイン。
 21年5月からはインストラクター業務に携わり、商品開発、トレーニングなど幅広い領域に従事。ライフワークはベリーダンス。

鈴石佳代 (すずいし かよ)

愛知県出身。ヴィセラジャパン、バンビュリージャパンなどを経て、2020年にセラピストとしてラピデムにジョイン。
 21年5月からはインストラクター業務に携わり、商品開発、トレーニングなど幅広い領域に従事。ライフワークはベリーダンス。

戸原美也子 (とつか みやこ)

愛知県出身。ヴィセラジャパン、バンビュリージャパンなどを経て、2020年にセラピストとしてラピデムにジョイン。
 21年5月からはインストラクター業務に携わり、商品開発、トレーニングなど幅広い領域に従事。ライフワークはベリーダンス。

HUKKA DESIGN について

HUKKA DESIGN は 1985 年に設立され、リラックススパアイテム、サウナアイテム、クッキングやギフト向けプロダクトを作っています。
 昔のまま美しい自然が広がるフィンランド北東の湖地方。緑深い森や、蒼く澄み渡る湖、神秘的な自然の静けさなど、素晴らしい自然から得たインスピレーションから HUKKA DESIGN のデザインが生み出されています。
 ゆっくりと時間をかけて、石の中にあるスピリットを感じる時間が生まれます。フィンランドの地に 28 億年前に生まれた天然石カレリアンソープストーンは、化学的物質を一切含まず 100% ピュアな天然素材。
 地殻変動で山が隆起してできた巨大エアポケットに溶解した岩の塊が流れ込み、極度に圧縮され「カレリアンソープストーン」は誕生しました。
 体の芯まで、心の奥底まで、じっくりと温めてくれるソープストーンは、フィンランドで何世紀にもわたりセラピーワークに使われてきました。
 ソープストーンは世界の約 200 カ所に存在しますが、最大の特徴である「熱を長時間蓄える性質」をもつのは、フィンランドのカレリア地方で採掘される「カレリアンソープストーン」だけです。



よくある質問

- Q. カレリアンソープストーンと他の火山岩 (玄武岩など) との違いは?**
 A. 一般的なセラピストストーンと比べて、カレリアンソープストーンは 2.5 倍もの熱伝導率をもっています。そのため、より深い筋肉まで熱を届け、より少ないストーンで効率よく温めることができます。また、高密度で蓄熱性も玄武岩など一般的なセラピストストーンより高く、熱を長時間蓄える力にとても優れています。
- Q. カレリアンソープストーンの特徴は?**
 A. 天然石を使用した補完療法で、石にはエネルギーや癒しの特性があり、身につけたり、体の特定の部位に置いたりすることで、ストレスの軽減やリラクゼーション、エネルギーの調整を目的としています。
 ホットストーンセラピーは、温めた石を使用して行うリラクゼーション療法で、温熱効果により筋肉の緊張を緩め血液循環を促進します。カレリアンソープストーンはフィンランドで何世紀にもわたりセラピーワークに使われてきました。ハワイでは、kahuna と呼ばれる精神的・肉体的に奥義を究めたヒーラーが、溶岩をトリートメントに使用したり、日本や中国などのアジア各地でも、療法のために温めた石が使われてきた歴史があります。
- Q. ストーンセラピーとは何ですか?**
 A. 天然石を使用した補完療法で、石にはエネルギーや癒しの特性があり、身につけたり、体の特定の部位に置いたりすることで、ストレスの軽減やリラクゼーション、エネルギーの調整を目的としています。
 ホットストーンセラピーは、温めた石を使用して行うリラクゼーション療法で、温熱効果により筋肉の緊張を緩め血液循環を促進します。カレリアンソープストーンはフィンランドで何世紀にもわたりセラピーワークに使われてきました。ハワイでは、kahuna と呼ばれる精神的・肉体的に奥義を究めたヒーラーが、溶岩をトリートメントに使用したり、日本や中国などのアジア各地でも、療法のために温めた石が使われてきた歴史があります。
- Q. ストーンセラピーの効果は?**
 A. 血液循環が促進され、新陳代謝を高めます。リンパ機能を高め、免疫力のアップと老廃物の排泄を促す。筋肉疲労を緩和し、凝りや痛みを軽減する。自律神経のバランスを整える。手足の冷え、肩こり、むくみ、便秘、生理不順などを改善するなど様々な効果が期待できます。リラクセス効果も非常に高いトリートメントです。
- Q. カレリアンソープストーンの効果は?**
 A. 一般的なセラピストストーンと比べて、カレリアンソープストーンは 2.5 倍もの熱伝導率をもっています。長く用いるほど反射の伝導を介して筋肉や関節に深く浸透し、その熱は筋肉の表面から 4cm の深さまで達すると言われています。血液の流れを増進させ、それにより赤血球 や白血球も増え、体内温度が 1 度上昇することに 10 ~ 15% 上昇します。ホットストーン幅広い使用で解毒作用が高まり、細胞の代謝が良くなり免疫機能を高めます。
- Q. 禁忌はありますか?**
 A. 外科手術により神経が切断された部位、また以下に当てはまる方へのトリートメントは避けてください。急性喘息・膀胱炎・皮膚感染症・炎症部位・静脈瘤・妊娠してる方・発熱時・重度の糖尿病・腎臓病心臓疾患の方。
 トリートメント後の激しい運動・車の運転・サウナ・酒・日光浴は控え、当日は多めに水分をとりましょう (カフェインは控える)。
- Q. ストーンマッサージの未経験者でも受講はできますか?**
 A. はい。ボディマッサージの経験がございましたら受講が可能です。
- Q. ストーンは購入できますか?**
 A. はい。講習当日にお申し込みできますが、事前に購入したい場合は下記までお問い合わせください。
 info.pro@lapidem.co.jp