



コンディショニングをトータルサポート  
**治療院 Pura care**  
からのご案内です。

## コンディショニングとは、

身体をよい状態に整えることを意味します。人の身体は、年齢を問わず日々変化し続けています。生活する上では様々なストレスがあり、それに打ち勝つことができなくなると、慢性疲労、疾病といった負のループへと陥ることになります。

### 【プラケアとは】

プラとはスペイン語で「純粋な、自然な」という意味です。悪循環に陥ってしまった身体を、その身体本来が持っている自然な状態、純粋な状態へと戻し、健やかな毎日が過ごせるように、皆様の健康作りをトータルにケア・サポートさせていただきたい。こんな思いから、当院を**プラケア**と名付けました。

### 【コンディショニングに必要な時間】

○鍼灸（30分〜1時間）

○マッサージ（30分〜1時間）

○鍼灸とマッサージを合わせたコース（1時間以上）

### 【対象となる方】

○老若男女様々な方にご利用いただいております。

ご依頼の連絡は電話かメールでお願いたします。マッサージの日時、スケジュールなどをご相談の上、当治療院にて施術を開始いたします。

### 【料金内容】

鍼灸	局所	2,000 円
	全身	3,500 円
マッサージ	30分	3,000 円
	60分	5,000 円
鍼灸+マッサージ		7,000 円

### 【診療時間、休診日その他】

9:00am - 19:30(要予約)

駐車場あり

休診日 日曜・祝日ですが、

HPにて診療状況をご確認ください。



治療院 Pura care

〒305-0046 つくば市東2-2-1 シャトー東102号

TEL 050-1051-0274

MAIL [suwa@puracare.jp](mailto:suwa@puracare.jp)

FAX 050-1051-0274

WEB <http://www.puracare.jp>