

実用書 ご担当者様 お世話になっております。

さきの出版より新刊のご案内になります。

📢 ロコミで1万人のファンを生んだ予約のとれない
ストレッチ専門セラピスト、初の著作！

仕事をがんばるカラダに

ゆる～む ストレッチ

12/19
搬入

著者
舞田夏鈴・菅野菜々美

- 定価：1,650円(税込) ■ISBN：978-4-8014-8554-9
- 体裁：四六判 並製 2色 160ページ 束12.5ミリ
- 発行：さきの出版 発売：サンクチュアリ出版

不調がスッキリ!ぐっすり眠れる!
毎日元気!きもちよくゆるめて
カラダも心も快調!

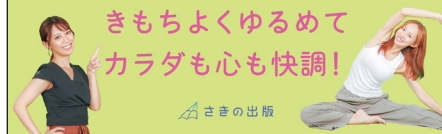
自宅やオフィスで30秒でできる「ゆる～むストレッチ」を、
イラストも交えてわかりやすく解説。

—仕事をがんばるカラダに—

ゆる～む ストレッチ



不調がスッキリ! ぐっすり眠れる! 毎日元気!



仕事の合間や休憩時間、
寝る前にパッとできて、
とことんカラダがゆる～む、
30秒ストレッチ本です。

Profile 舞田夏鈴(まいた・かりん)

Panacea Stretch代表

日本大学卒業後、大手企業へ入社するも、過度なストレスで退社。その不調経験からカラダと心の健康の大切さを考え始め、身体を研究。2022年にリラクゼーションストレッチサロンPanacea Stretch事業をスタートさせる。2023年に人の資本であるカラダの未来をサポートするボディケア会社TAINAS合同会社を設立し、ボディケア事業を承継。痛みのないゆるいストレッチを提唱し、経営者からハードワークの働く男女がこぞって通う、Panacea Stretchを運営。3年間でのべ1万人を施術し、痛くない完全担当制オーダーメイドのストレッチが好評を博している。

菅野菜々美(かんの・ななみ)

柔道整復師・ストレッチセラピスト

高校生のときに母親の肩こりやヘルニアを治したいと思ったことがきっかけで整体師を志す。東京柔道整復専門学校スポーツトレーナー学科に通いながら、整骨院で手技を学び、卒業後は、整骨院へ入社。約3年間でのべ7000人のお客さまを治療し、管理柔道整復師も取得。健康保険内での治療に限界と違和感を感じ、もっと長い時間お客さまの心身に寄り添える環境を求め、TAINAS合同会社(Panacea Stretch)へ入社し、現在はセラピストと技術講師を兼務しながら活躍している。

新刊
12/19
搬入予定

番線印

仕事をがんばるカラダに

ゆる～むストレッチ

12月19日搬入

- 著者：舞田夏鈴・菅野菜々美 ■定価：1,650円(税込) ■ISBN：978-4-8014-8554-9
- 発行：さきの出版 発売：サンクチュアリ出版

※発売後の出荷は注文扱いとなります。

ご注文数

ご担当者様名

新刊委託締切
11月20日

条件：新刊委託

冊

様

サンクチュアリ出版
注文受付 FAX 050-3606-4734

FAXの配信停止は左のFAX番号までご連絡下さい。
(お手続きには、1週間程度お時間を)
頂戴する場合がございます。

2024/11