

自分の体なのにどうしてあげたら元気になるのか

迷っているあなたへ

「え！？ほんとに??」

セルフケア、ヘルシーランチ&デザート、贅沢にも、3つが1ぺんに

叶ってしまう **食整会** に来てみませんか？

～第一回 食整会 お客様の声～

「短時間であんなに体が変わると思わなかった!!」

「体が温かくなった!!」

「野菜が沢山でバランスが良かった!!」

「栄養指導もあり、ありがとうございました!!」

「人参嫌いな子でも食べられるケーキでした!!」

「おからと米粉だけとは思えないほどしっとりしてておいしかったです!!」



料金：2,480 円

日程：平成 30 年 2 月 12 日（祝月）

時間：1 部 10:30～11:45

2 部 12:00～13:45

3 部 14:00～15:45

場所：「波寿留（パズル）」

久米川駅からモザイク通りを八坂駅方面へ

スーパー丸正を右へ

50mで左手に「波寿留」があります

読売新聞の手前です



※お一人でも楽しめますのでお気軽にご予約下さい

内容：①「ひろ整体院」 院長 山本広美によるどこでもできちゃう体操、

ビフォーアフター付き（スタート約30分）

②久米川「波寿留」ママ 佐伯仁美による

ヘルシーランチ、メニューはお任せドリンク付き（約1時間）

③チーズケーキ工房「smile（スマイル）」店主 榎本裕子に

よる季節のデザート