

10月 栄養セミナー



○ダイエットセミナー○

運動をしているのに痩せない！ 運動は好きじゃない！
お菓子がやめられない！ 食事制限はしたくない！

16日(水) 14:00~14:45

20日(日) 15:15~16:00

22日(火) 11:00~11:45



○シェイプアップセミナー○

- ・筋トレはしているのに見た目が変わらない…
- ・筋肉増量のための食事を知りたい！

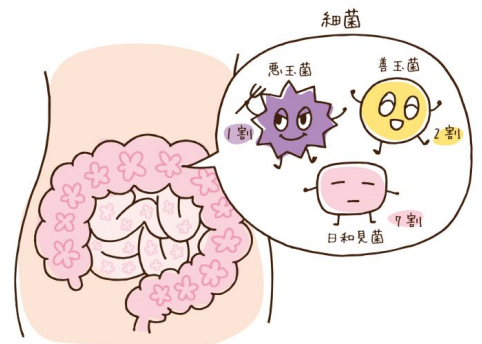
24日(木) 19:00~19:45

26日(土) 11:00~11:45



○腸活セミナー○

- ✓風邪が治りにくくなった
- ✓身体が重いと感じる
- ✓便秘や下痢になりやすい
- ✓口臭や体臭がきになる
- ✓肌荒れやニキビが目立つ



18日(金) 12:30~13:15

場所：セミナールーム 各回45分

各回定員：5名 参加費:無料

皆様のご参加お待ちしております
どなたでもご参加できます！

※ご予約はフロントにて♪