

腸活セミナー

参加費
800円

腸の基礎知識をはじめ、食事の見直し、腸ストレッチなどを学ぶことで、安定した腸内環境がつけられ、その結果ストレスケアにもなります。腸内環境を整え心身ともに健康で充実した日々を送りましょう♪

～免疫力を上げて疲れ知らず 病気に負けない体をつくろう～

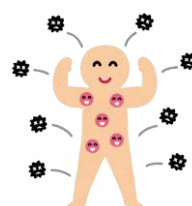
令和7年7月5日(土) 午前10時～正午



【内容】

講義とストレッチ

- ・腸の基礎知識
- ・腸に良い食事、習慣
- ・健康維持、免疫力アップのための腸ストレッチ など



※軽い運動ができる服装で参加ください

※参加費は当日ご負担願います

【講師】 岩崎 恵子 さん
(一般社団法人 日本美腸協会認定講師)

【定員】 40人 (申込順)

【対象】 興味・関心のある方

【会場】 ソレイユさがみ セミナールーム1

《お申込み・お問合せ ソレイユさがみ》

※6月19日(木)から申込開始

☎ 042-775-1775

HP

FAX 042-775-1776



URL:<http://www.soleilsagami.jp/>

主催:ソレイユさがみ