

平日毎日開催！

いつまでも若々しくあるための 栄養教室開催

場所：メディカルフィットネスみらい

参加費：無料

日時：月～金曜日 9：30～9：45

14：35～14：50

内容は下記のプログラムをご覧ください。



アボカドと鮭のサラダ

* 栄養教室プログラム

- 3/1～2 美肌を作る食事とは？
- 3/5～9 若返り効果のある、唾液マッサージ
- 3/12～16 心を元気にする食材
- 3/19～23 リンパを流して疲れ知らず
- 3/26～30 スッキリ腸美人になる方法



どなたでも参加できます。お気軽にいらして下さい。