



■「ザ・腸活」セミナー内容■

1、腸活のススメ

- ・腸のリズムを整える睡眠法
- ・腸がキレイになる食べ方
- ・健康美容に欠かせないデトックス
- ・腸内細菌のカ
- ・腸内ケアで肌力UP! & ダイエット
- ・話題の「エクオール」とは?

2、腸にうれしいレシピ

3、腸もみにチャレンジ!

■日 時 2018年10月20日(土) 17:00~ (約2時間)

■場 所 プリセンス

■特 典 参加費無料&健康自然食品をプレゼント♡

■講 師 (株)玄米酵素 和田 幸大

プロフィール 出身は新潟県佐渡市。重度の花粉症で悩んでいたが、食事改善と運動療法で改善。

資格：食生活アドバイザー、玄米酵素 上級食アドバイザー・認定講師

TOPICS (株)玄米酵素は、ミス・ユニバースジャパン・2016・ビューティーキャンプに講師を派遣しました。また文部科学省・青少年の体験活動推進企業表彰(H27年度)を受賞しました。(株)玄米酵素のセミナー活動の詳細は

玄米酵素 セミナーで検索!

