



美肌を作る 腸活ランチセミナー

「398」ある腸食(腸活食・腸育食)レシピの中から、美肌作りのレシピをご紹介します♪

今回は、グルテンフリーがなぜ、「腸」に良いか、腸の健康自己チェックも行いますので、ご自身の健康管理・美肌管理にお役立てください。

◆グルテンフリーランチの実食もあります。

当日のメニュー : パスタランチ・スープ・サラダ・デトクウォーター・デザート



プログラム

- 10:50 受付開始
- 11:00 ランチ講習スタート
- 12:00 実食会
- 13:00 グルテンフリー食について
レシピの解説

7/19(水) 11:00~14:00

参加2大特典

1. グルテンフリーパスタ2食
2. 自己チェックリスト



場所 : 長野ヤナセショールーム
持ち物 : エプロン・ハンドタオル・筆記用具
参加費 : 5,000円

お申込み: (一社)腸活環境育成協会 090-3403-9143(神谷)