

温泉で癒し!

腸の浄化でデトックス!

春は毒出しに
もってこいの時期!

人生が変わる!

若返りとダイエット!

パワースポットで充電!

心と身体の宿便取り!



佐賀・温泉 プチ断食セミナー

春先のデトックスに最適なプチ断食セミナーです。医・食のプロから健康、若返りの秘訣を学びながら、温泉につかり、自然の中で心地よい“ゆらぎ”を取り戻しましょう。甘酒や酵素ドリンク、夢千鳥特製の回復食を摂りながら実践するので、お腹が空かず、楽しく実践できます。若返りやダイエット、体質改善、人生の軌道修正を目指す方、ぜひお集まりください。

2016年4月16日(土)~17日(日)

会場：熊野川温泉 夢千鳥

〒879-5113 佐賀県佐賀市富士町上熊川 288

TEL : 0952-51-0155

*佐賀駅もしくは高志館高校前から送迎あり【要予約】

【アクセス】天神から高志館高校前バス停下車（西鉄高速バスで約60分）



*集合先 **フォレストふじ** 佐賀県佐賀市富士町大字古湯 2624 番地 TEL:0952-58-2882

(初日のお昼の講座はこちらの会場で行います。)

参加費：**25,000円** (酵素代、宿泊費、保険代、研修費用を含む)

定員：**20名** 申込締め切り：**3/31(木)**

◆講師◆

岡部賢二 ムスピの会主宰。正食協会理事。全国でマクロビオティックの講演やプチ断食セミナーを行う。著書に「月のリズムでダイエット」(サンマーク出版)、「月のリズムで玄米甘酒ダイエット」(PARCO出版)等がある。

川原雅樹 長崎大学医学部卒業 形成外科入局。西洋医学と東洋医学の融合を計り福岡にて開業。現在福岡川端にて統合医療・環境医療に専念する。健美工房ビル2F 昌樹医院院長。

仲ひろみ マクロビオティック望診法指導士マスター、国際薬膳食育師3級。マクロビオティックインストラクター 自宅での料理教室、出張講座を中心に活動中。

武内美紀 MBC スクール主宰(福岡市南区高宮)。リンパヨガ&リンパ骨盤体操、メタカルアロマ、パワーストーンと色々な角度からセルフケアを提案

中並千真理 健美工房代表。美容・鍼灸師。東洋医学で身体のバランスを整えることで、若返りのお手伝いをしています。

お申し込み・お問い合わせ先

ベジガーデン料理教室 (仲ひろみ)

〒818-0005 福岡県筑紫野市原 716-57

E-mail:cafevegearden@gmail.com

TEL: 090-5024-1969

URL: vegearden-jp.com

※お申し込みいただいた方には、後日詳しい案内書と振込用紙をお送りいたします。

スケジュール

4/16(土)

※現地集合（フォレスタふじ）

- 12:00 受付
12:30 開会式・オリエンテーション
13:00 第1講義 岡部賢二
『月のリズムでプチ断食～胃腸美人になりましょう！』
14:30 休憩
14:45 ヨガ 武内美紀
16:00 旅館に移動、チェックイン
入浴・自由時間
18:00 第2講義 仲ひろみ
『おうちでできる腸美人になるマクロビオティック調理法』
19:30 美と健康・若返りのための健美術ワーク 中並千真理
21:30 交流会
22:30 就寝

*酵素飲料を使った断食なので比較的空腹感が少なく、初心者でも安心して行えます！



4/17(日)

- 7:00 森林セラピーウォーキング
8:00 梅醤番茶作り
休息・自由時間
9:00 第3講義 川原雅樹『宝石漢方で仁術なり』
10:30 休憩
10:45 第4講義 岡部賢二『腸が変われば意識が変わる・人生が変わる』
11:45 アンケート・感想のシェアリング
12:30 回復食 ～夢千鳥特製 糰(ホシイ)と温泉豆腐～
14:00 閉会式・解散



✂ (キリトリ線)

申込書 (FAX:0946-63-3041)

氏名	フリガナ	生年月日	昭和	平成	性別
			年	月	
住所	〒				
電話	()	F A X	()		
携帯		E-mail			
交通手段	車 ・ 公共交通機関				
健康状態	*持病などがある場合は、必ずご記入ください。				

* FAXでお申し込みの際は、切らずにそのまま送信してください。

* お名前とフリガナ、生年月日は正確にお願いします。(保険の手続きの際、必要となります)