

夜中に目が覚めちゃって 朝までぐっすりできない… そんなあなたへ!

「それってカラダが冷えているせいかも!?!」

be∞co 東苗穂シティホール

お料理試食会付の
大人気セミナーです!

無料

先着**20**名様限定

要
予約

お食事の準備がございますので
必ず事前にご予約ください!

「温活」って 知ってますか?

10月22日**木**

受付**10:00**～ 開始**10:30**～

温活とは、身体を温めることで自律神経のバランスを整えたり、運動や入浴・食事の工夫などで血流を促進し、体の不調を改善する健康習慣です。日常生活で簡単に取り入れられるので、高齢の方でも無理なく続けることができます。今日から始める温活で健康長寿! 冷えを改善して元気な毎日を過ごしませんか?

講師/セラピスト

本田 めぐみ さん

- インファ国際資格ゴールドマスター
- サーモセラピスト ●温活士 ●温活薬膳士
- 中華自然医学研究院漢方アロマ療養師全単位卒業
- 食育アドバイザー



同時開催

毎回好評! 大人気のイベントです!!

記念写真撮影会

とびっきりの笑顔を写真に残す
大人気のイベント!!
プロのカメラマンがあなたの
最高の一枚をお撮りします!!

参加
無料

要
予約



撮影した写真は**2Lサイズ・台紙付**でプレゼントいたします!!

ご来場の方に特別なお食事を!!

お料理試食会

要
予約

当ホールでふるまわれる
料理長特製のお料理を
特別にご賞味いただけます
必ず事前のご予約を
お願いいたします



東苗穂シティホール

札幌市東区
東苗穂6条1丁目17-45

イベントのご予約
お問合せは

(株)ベルコ東札幌支社
代理店グループ



011-789-2066

担当



ご予約はwebから
でも可能です!



ご予約用
QRコード