



# 妊娠しやすいカラダをつくる 体質改善メソッド 【PART I ファスティング】

正しい知識を身に付けてファスティングに TRY!

健全なカラダづくりは腸内環境がキーポイント！

本来、ファスティングはダイエットのためのものではありません。正しい知識を持たず安易に行うとマイナス面も。。

しっかり学んで取り組めば体質改善への近道であることは間違いありません♪



美馬レディースクリニック

03-6277-7397

info@mima-ladies.com

日時：7月22日(土)

15:00～16:30

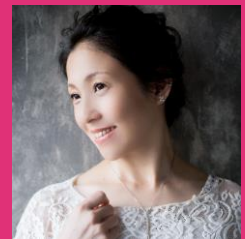
会場：美馬レディース  
クリニック内

参加費：3,000円(税込)

申込方法：電話・メール  
にて先着順  
(定員になり次第受付を締めます)

講師

ロースーツパティシエ  
Mii 立石博美



ローフードカフェ・ロースーツカフェ経営を経て、現在は「食の大切さ」を伝えることをライフワークとして講演活動やヴィーガンスイーツのプロ養成講座開講・コンサルティング・レシピ開発に携わる。

著書：「キレイをつくる魔法のお菓子ロースーツレシピ」