

# 香りの健康 プチダイエット編

## じぶんセラピー

自分の体を知って、まずはじぶんの専門家になろう

全3回

10/15(tue)・11/1(fri)・11/19(tue)

14:00 - 16:00

植物100%のCPTGエッセンシャルオイルで体を温めて代謝向上。  
香り成分を取り入れることで、自然に自分を見つめることができます。  
年末年始に向けて、この時期に1か月間のスリムup計画を立てましょう！  
全3回講座です。どなたでも1回からお気軽にご参加ください✿



### 【講座内容】

- ・エッセンシャルオイルの基本
- ・ウォームアップ
- ・オイルイントロダクション（香り体験）
- ・ダイエットのためのブレンドオイル作り
- ・ティータイム ・ハンドケア・瞑想

【全3回】10～11月 \*1回からご参加OK

10/15(tue)・11/1(fri)・11/19(tue)

14:00 - 16:00



定員：8名

参加費：1,000円 / 回 初参加の方にはプレゼントあり

講師：ウェルネスアロマ協会代表 吉田由美

会場：㈱松井建設 南支店

「体感工房」松山市井門町74-1 ※駐車場・キッズスペースあり

お申込みフリーダイヤル：**0120-373-433**



会場MAP

※キャンセルは極力ご遠慮下さい。やむを得ない場合はお早めにご連絡をお願いします。