

府中 福山

間違いだらけの流行食

～もう、振り回されない～



- × 野菜中心
- × 糖質カット
- × 1日1食ダイエット
- × 12時間食べない
- × カロリー計算
- × ○○だけダイエット

食事で体質が変わり、食事で体型が変わり、食事で性格が変わります。
間違った食生活の影響により、現代栄養失調が広まり社会問題へ発展。
健康な体脂肪率を保ちながら食を楽しむメソッドをご紹介します。
食事とサプリメントの集大成！

この内容を知らずして食事を語ることはできません。



日時・場所：府中講演2021年11月21日（日）13時～14時30分 いこーれ ふちゅう

福山講演2021年11月28日（日）10時～11時30分 まなびの館 ローズコム

住所：広島県府中市府川町315【天満屋2階】

広島県福山市霞町1-10-1【4階中会議室】

料金：3,000円※原則申込時にクレジットカード決済になります。その他ご相談に応じます。

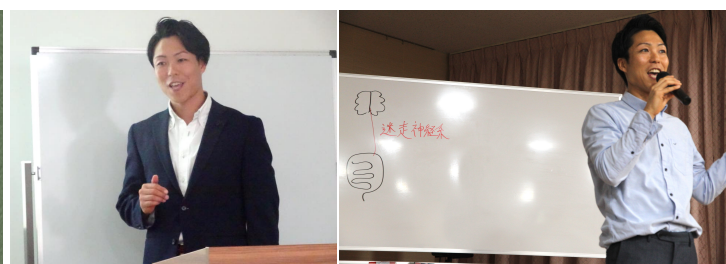
お電話にてお申し込みを希望の方は【090-7771-6626】にお問い合わせ下さい。

申込方法

QRコードからホームページに進み、【講演の申し込み】をクリックしてください。記載通りにお進み下さい。

Total Body Support ARUKU
榊田 滋久（トレーナーShige）
分子栄養学カウンセラー

25,000人以上を指導してきたknow-howと最新科学を用いて、美容と健康への活動に取り組んでいます。



〒721-0955 広島県福山市新涯町2-3-15 No.2-6

☎ 084-994-5437 ✉ shige@jpsa-aruku.com



<https://jpsa-aruku.com>