

断食

酵素を取り入れた

ファスティングスクール



自分を変えたい!

断食とは?

食を断つ(日常の食事から非日常の食事)

人間が本来持っている自然治癒力を最大限引き出す!

老廃物を排出、余分な脂肪を捨てる

デトックス ダイエット

～研修期間～

初級【1泊2日】 開始 19:00 ~ 終了 13:00

7/7,8 7/28,29

7/19,20 7/30,31

初級 1泊2日研修 29,000円

友達と2人で参加で1人 25,000円
友達と3人で参加で1人 21,000円

中級 2泊3日研修 45,000円

友達と2名参加で1人 40,000円
友達と3名参加で1人 35,000円

場所:美々津研修センター
詳しくは、HP見てね!

中級【2泊3日】

7/13,14,15 スペシャル

7/24,25,26

断食

ヨガ

座禅

書道

腹巻

ヨガ

ヨガ

様々な研修で
楽しみましょう!

プランニングABC 美々津研修センター

日向市美々津2815 TEL/0982-58-1565

プランニングABC 研修センター担当 TEL/0982-54-5336 携帯/090-8627-7935(松木)



詳しくは
「プランニングABC」
で検索!

