

ナチュラルハウス
1 Day School

Special Event!
スペシャルイベント!

Special Event!

11/29(土)

先着35名

※定員になり次第
終了いたします。

美容・健康ジャーナリスト

今野枝履子さんの実践アーユルヴェーダ!

いちばん自然で簡単な 「冬のアンチエイジング術」

さらに!
オーガニック
サプリメント&コスメを
最大15%OFFにて
ご提供!

当日
ご参加の方
限定

present!
プレゼント

プレゼント
1

1,700円(税込)相当のお土産

プレゼント
2

500円(税込)のオンラインショップ
割引チケット

ナチュラルハウスのスペシャル講座を開催します。

今回はアーユルヴェーダを15年間実践する美容・健康

ジャーナリストの今野枝履子さんをお迎えし、今野さんの体験をもとに、

すぐに役立つ、知っているようで知らなかった美容・健康のアイデアを

ご紹介いただきます。テーマは「内側からきれいになる冬の過ごし方」。

長年続いた冷えや不調で辿り着いた、心と身体を大切にできるアーユルヴェーダの実践でわかった、

白湯飲みのコツや、半身浴の落とし穴、女性の冷え対策のツボなど、興味津々なお話が満載です。

当日は会場で今野枝履子さんお気に入りの健康アイテムもご紹介!寒い季節の老化の第一歩にも

なり得る「冷え」を楽しく乗り切って、冬をもっとイキイキ過ごしてみませんか?



ゲスト：今野枝履子さんのプロフィール

美容・健康ジャーナリスト

1963年生まれ。出版社勤務を経てフリーランスに。アーユルヴェーダをはじめとする東洋哲学やキネシオロジーなど、自然に基づく知識を独自の視点でまとめ上げ、ココロ・カラダ・スピリットにアプローチするトータルな美容・健康を提唱。講座、執筆、講演活動を行う。

<http://www.kirarihada.net/> 著書に「美くなるスイッチ64」(池田書店)がある。

『ヨーガの体心息メソッド体験講座』

『内側からきれいになるアーユルヴェーダ
季節のディナチャリア講座』

『美しい素肌を育むスキンケア講座』

『素肌ケアとすっぴんメイク講座』

『年末年始の冬太りを解消する お正月スペシャル講座』

『眠ってハッピー! 運が良くなるぐっすり睡眠講座』

『自分 BODY への帰り方』…心編・運動編・体質別&食編
など講座多数。

ビューティースペシャル講座概要

■日時：2014年11月29日(土) 13:00~15:00

■場所：スタイル南青山(東京メトロ銀座線 外苑前駅 徒歩3分 ※外苑西通り Francfranc 隣のビルです)

■住所：東京都港区南青山3-1-5 ラ・クラスビル EventRoom 3

■電話：03-5474-0011

■定員：先着35名様

■参加費：アップルヴィレッジ会員…2,500円(税込) / 非会員…2,750円(税込)
※一部のお客様につきましてはアップルヴィレッジ会員様特典のご招待企画となっております。

●お申込方法：フリーダイヤル 0120-03-1070(10:00~17:00 日祝除く)
ご予約が確定されたお客様は、5日以内に銀行でお振込みをお願い致します。

●お支払方法：銀行振込
振込手数料はお客様負担とさせていただきます。
ご入金後、正式なお申込みとさせていただきます。
尚、期日内にお振込みがない場合、キャンセルとさせていただきますのでご了承ください。
また、ご入金後のキャンセルにつきましては、ご返金いたしかねますのでご了承ください。



ご予約・講座内容についてのお問い合わせ
アップルヴィレッジサービス推進課

お気軽にご連絡ください。

0120-03-1070 (栗林)

