



ほどほど養生

-季節と共に元気になるセミナー-

“養生”を知ると季節と自分に合わせてからだの整えが出来るようになります。
季節が巡るごとにその整えも深まっています。
自分が出来るような養生を感じてみませんか？


心地よくいたわってゆるりと心地よい毎日を。
そんな心地よさを食・休・動・心・環・脳・体から考えてみましょう。

2018.9.27



昼：15:00-16:30
夜：18:30-20:00



養生  青木優加 (漢方上級スタイリスト / 養生薬膳アドバイザー)
デザイン 山中雄大 (理学療法士/コミュニティデザイナー)



2,000- (税込)



各回
先着 **20**名様!!

要予約

090-2129-5204(青木)
yojodesign.1222@gmail.com



詳細情報は▶



ほどほど養生

- ・ 体質チェック
 - ・ 養生とは？
 - ・ 美ラインワーク
 - ・ 脳とからだの磨き方
- * 養生スイーツ&養生茶付き

主催：養生デザイン

W i L

Woman's inspiration Library (ウィル)

〒910-0006 福井県福井市中央1丁目2番1号(ハピリン2F)

TEL / 0776-25-0280

営業時間 / 平日 12:00~20:00

土日祝 10:00~18:00

定休日 / 火曜日(祝日除く)



Supported by FUKUI BANK

会場