

～日本でいちばん?! 美味しい朝ごはんを食べよう☆～

最近、お腹空きますか?

平日の夕方～朝のゆる～い断食 in 湯来

11月1日(水)～2日(木)の1泊2日
集合16:00 ➡ 解散 翌朝9:00

場所 広島県佐伯区 湯の山温泉 森井旅館

食べない断食ではなく、「選ばれたものを食べる」という滋味な贅沢

ファスティング (fasting) は、断食するという意味。それは、「朝食 Breakfast」の語源でもありました。

朝食の意味は、**Break fast = 断食を破ること**だったのです!

- ☑ 辛い断食ではありません。管理栄養士監修の食事を摂ります。
- ☑ 日頃の食生活を見直し、「やる気スイッチ」を押します!
- ☑ 充実した講話時間! いつも大人気のおかずみそを活用したダイエットレシピ紹介

参加費

¥ ~~29,800~~ ➡ モニター価格 ¥ 14,800

今回、モニターさんを募集します♪

問い合わせだけでもOK! もうちょっと詳しい案内をお送りします。

10月17日(火)までにFBの参加ボタンを押してください。

※**初めての方は**

申込み

下記、申込みフォーム又はメールでお申込み下さい。

<http://www.local-fan.or.jp/>

✉ hirayama@local-fan.or.jp

【お問い合わせ】

一般社団法人ローカリズム推進協会

広島市中区三川町9-9

(090) 4148-2261 (担当: 平山)