

カラダとところをもっと元気に！

NHK(関西)で
レギュラー番組を
持つ人気の先生
がbeginに！

持続効果
なんと1年間！

運気を上げる“気学”
と日本人だからこそ
絶対に知っておくべき、
あなたの健康・からだ
を守る日本人のための
“生活栄養術”をベースにした

(コロナ、インフルエンザなどのウイルスに)

殺菌作用のある植物をふんだんに使った、香り際立つ

殺菌リース手づくり講座

運気を上げる
「気学」

以降、あなたご自身が使える
九星気学をベースに
超具体的に学びます！

未経験者でも
楽しみながらできる

「生け花」
(花術)

からだを守る
「生活栄養術」

明日から家庭ですぐにできる
生活に即した超実践的な
生活の知恵を伝授！
もう驚きの連続です！



講師:己抄呼~Misako~
健康アーティスト
健康体操研究家
気学・生活栄養術講師

日時:12月12日(日) 13:30~16:00

場所:ROXフィットネスクラブbegin

定員:8名(最小催行人数 3名)

参加費:8,800円(材料費/消費税込)

※ご持参いただくもの:花バサミ、古新聞、花や花材をお持ち帰り用の袋、筆記用具

申込方法:beginフロントに直接お申込みください。