

栄養セミナー



テーマ



募集中!!

運動と食事から脂肪を燃やすコツ☆

みなさん、つい食べ過ぎてしまったらどうしますか？運動して汗をかいてこれでバッチリ☆本当にその運動で体脂肪は燃えていますか？？脂肪燃焼を助ける運動と食事について学びましょう！！

《日時》 2月15日(土)



10:30~11:30



《場所》 3階 多目的ルーム

《講師》 松葉 真 管理栄養士

《定員》 20人

《対象》 会員及び一般の方

《参加費》 無料



《受付方法》 2月4日(火)10:00 からWOODY

フロントにてお申込みください。

電話予約可!!!

