

# Special Lesson

今から出来る

# 夏バテ対策講座



三山 真輝  
みやま まき

夏になると食欲が落ちる...ぐったりしてしまう。夏が苦手、憂鬱...料理をする気力がない。など、こんなお悩みはありませんか？

実はそれ、夏になってから対策では遅く、今から出来る対策があります。

夏バテを防ぐ3つのポイントをお伝えし、夏もアクティブに元気に過ごす対策をしましょう。

## ●開催詳細●

開催日時

4月29日(祝・月) 15:45~16:45(60分間) スタジオ2

開催場所

定員

20名

(最少催行人数6名)

料金

会員様 1,650円 (税込)

ビジター様 2,750円 (税込)

※都度利用の方は会員価格で都度利用料お支払い、もしくはビジター価格をお支払いください。

※4月27日(土)営業終了時点で最少催行人数に満たない場合は開催いたしません。

## ●申し込み方法●

フロントにて申込・参加費のご入金をお願いします

※当日キャンセルは返金いたしかねます。

※時間外・ビジターの方はレッスン前30分後60分のご利用となります。

ご不明な点等はフロントまでお問合せください