



「土用の過ごし方」春編
よもぎセミナー
よもぎ養生法

4月16日(日) 定員:8名 講習費:5,500円

10:30~14:00

※キャンセルポリシー:前日から半額をいただきます

新しくスタートする「土用の過ごし方」
年に4回ある「土用」土用は体調の変化が出やすい時期です
食事や過ごし方で心と身体を整えて、次の季節に備えましょう

春土用のテーマは「よもぎ」

○春土用の過ごし方/よもぎ養生セミナー

大人の学び、、、中野先生の充実のセミナーです

○よもぎを使った春の養生食

- ・よもぎと大豆粉のシフォンケーキ(砂糖不使用)
- ・春土用の養生食ランチ
- ・よもぎ茶



「土用の過ごし方」今後の予定

- 夏土用 7/21 金 (テーマは梅) ■秋土用 10/22 日 (テーマは米)
- 冬土用 1/19 金 (テーマは小豆と海藻)



ホリスティックサロン
ラ・クルール主宰
中野 清美先生

お申し込み方法

- ・メールでのお申込み culture@katayama-eight.com
- ・HPからのお申込み <https://keight.jp/culture.html>



メールでの申し込み



HPからの申し込み



QRコードで友達追加
して申し込んでね!

件名「○土用←希望の季節をお知らせください」

①氏名 ②住所(新潟市中央区など) ③日中連絡できる電話番号

LINEからの申し込み

申し込みメールには3日以内に返信いたします。

返信がない場合はお手数をおかけしますが、担当までご連絡ください

・問い合わせ先 ※電話での申し込みはできませんので、ご了承ください

070-3351-7393 (カルチャー担当) / 025-270-0088 (カタヤマエイト)



CULTURE STUDIO
Nature KATAYAMA