

今すぐ！どこでも！

『疲れをとって元気回復セミナー』

肩書 健康運動指導士

略歴 健康運動指導士、指導歴32年

日常生活で無理なく続けやすい健康・美容法が好評
カルチャースクール、企業、健康保険組合、自治体など、
様々な場所でセミナーを行っている。
テレビ、雑誌等でも多数を指導。

入場無料
どなたでも参加
できます



植森 美緒氏

| | |
|-----------------------|------------------|
| 著書 『1日1分で腹が凹む』 | (プレジデント社 2019年) |
| 『世界一カンタンな疲れのとり方』 | (幻冬舎 2013年) |
| 『腹だけ痩せる技術』 | (KADOKAWA 2012年) |
| 『30秒ドロイン！腹を凹ます最強メソッド』 | (高橋書店 2009年) |
| など19冊 | |

日時 令和2年3月18日(水) PM5:00～PM6:30

会場 川越東武ホテル 3階〔瑞光〕

定員 70名 (定員となりしだい締切らせていただきます)

主催 公益社団法人 川越法人会 青年部会

申込先 公益社団法人 川越法人会 川越市新宿町1-17-17 ウェスタ川越5F
下記申込書にご記入頂き、FAXにてお申込ください。

FAX 049-257-6190 TEL 049-257-6191

-----切らずにそのまま送信してください-----

| | |
|------|--|
| お名前 | |
| 住所 | |
| 電話番号 | |

(FAXを送信して頂きました時点でお申込完了となります。)