

JAレーク滋賀ミニカルチャー

健康は「腸」から！毒素排出&免疫力UP！

腸をマッサージすることで血行がよくなり温かくなると、
張っていた腸が柔らかくなりウエストも細く感じられ、
ダイエット効果にも！腸が喜ぶ食事のアドバイスも！

セルフ腸もみ教室

日時・場所

9月 10 日(木)10:00~11:30
JAレーク滋賀総務本部 3階研修室
大津市打出浜 14-1

持ち物

ヨガマット(バスタオル)・筆記用具・水分

参加費

2,000 円

お問い合わせ 077-525-8547

JAレーク滋賀大津高島管理課(くらし担当)

お申し込みは QR コードから→

