



☆～マクロビオティック基礎クラス 神戸1期生(6月開始)のご案内～☆

食は、あなたの身体、考え、心、そして、オーラまでも作ります。

マクロビオティックのお料理は、穀物菜食中心ですが、
ベジタリアンでもビーガンでもありません。

マクロビオティックは、東洋思想の陰陽五行論、
そして日本の風土と生活、食文化に根差した健康長寿の科学です。

あなたやあなたの大切な人を
健康で幸せにする実践でもあります。

♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡♡

マクロビオティック基礎クラスは、こんな人に。。。。

身体面

- ☆ 疲れやすい方
- ☆ 健康でいたい方
- ☆ いつまでも美しくありたい方
- ☆ 月経痛などの身体のトラブルを改善したい方

精神面


- ♡ 感情のコントロールをしたい方
- ♡ イライラしがちな方
- ♡ 落ち込みがちな方

生活面

- ☆ お仕事や趣味のパフォーマンスを向上させたい方
- ☆ 生き生きと生活したい方
- ☆ 災害時にも落ち着いて対応したい方
- ☆ ご家族の健康や成長を応援したい方

そして、この講座は、指導者への道も拓けます。お料理教室の先生やマクロビオティックの指導者になりたい方も対象です。

あなたのご参加をお待ちしております♡

春の女神の集う家 オスタラ 主任セラピスト
マクロビオティックインストラクター 古川郁 

📎 マクロビオティック基礎クラス神戸1期生 全8回 詳細

講義8回、料理実習8回(講義と実習は同日です)

💰 講座料金(テキスト代金含む)

1期生スタートアップ割引適用

～通常料金 9000円+税のところ～

月払い1回分8,800円 / 一括8回分 70000円 (税込み)♡

一括早割5月5日までのお申し込みの方、8回分一括払 68,000円(税込み)^^

※2期生からの月払い金額は、通常御料金 9000円+消費税の予定です

📎 一括の方は、最初にテキストをお渡しいたします。

📎 分割の方は、1ヶ月分ずつのテキストをお渡しいたします。

☆場 所 : 神戸市内(JR、阪神阪急沿線)

6月2日 垂水区

会場の詳細は、お申し込みが確定された方にお知らせいたします。

☆日 時 : 月1回 第1または第2月曜日

10:30～14:30予定 講義1時間、実習2時間、食事タイム1時間 予定

参加者によって、講義時間が食後に変更する場合があります。

♡ 欠席の場合 欠席されたプログラムは、2期生の授業で受けていただけます(1期生料金のみで、追加料金不要です)。

♡ 個人補講ご希望は、ご相談ください。日程調整の上、追加で5000円を申し受けます。

♡ 教室への行き帰りを含め、ご自身の責任でご参加ください。

♡ 18歳以下の方は、保護者の同意が必要です。

☆ キャンセルポリシー : 2024年5月25日以降は、いかなる理由でキャンセルされても返金できません。ご了承ください。

春の女神の集う家 オスタラ 主任セラピスト
マクロビオティックインストラクター 古川郁