

**New!** 公開講座

病気をよせつけない体づくり

# 羽鳥冬子の アロマ呼吸法&ストレッチ

アロマ空間の中で呼吸法や音楽などの五感を使いながら、身体的・精神的なコリをほぐしていきます。羽鳥冬子オリジナル・エクササイズで免疫力アップ・血行促進で理想の美と健康をめざします。



- 講師：羽鳥 冬子  
(ライフスタイル・コーディネーター / (株)Bon22 代表取締役)
- 日時：3月17日(日) 1回  
13:00 ~ 14:30
- 受講料：会員 税込 2,625円  
一般 税込 3,150円

〈お申し込み・お問い合わせ〉

池袋コミュニティ・カレッジ ■電話:03(5949)5470

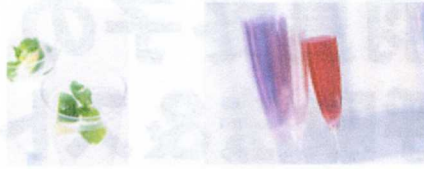
■住所:〒171-8569 東京都豊島区南池袋1-28-1 西武池袋本店別館8・9階

■受付時間:月~土曜日(10:00~20:00)・日曜日(10:00~17:00)

■ホームページ:<http://www.7cn.co.jp/7cn/culture/cc/>

羽鳥冬子ビューティーアロマパーティのおもてなし

～ママも子どもも楽しめるメディカルハーブカクテル～



日時 : 3 / 24 (日) 11:00～13:00

会場 : 生活の木 原宿表参道校 5F

受講料 : 8400円 (教材費4200円含む)

定員 : 24名

- ママ友が喜ぶアロマやハーブを使った春のおもてなしについて
- ハーブジュース作り「美味しくってメンタル&ヘルスケア 子ども編」
- メディカルハーブカクテル作り「ビューティー&リラクゼーション 大人編」

<お申込み・お問い合わせ>

生活の木 Herbal Life College 原宿表参道校

■電話 : 0120-821272 (受付時間 9:00～18:00 日祝日除く)

■住所 : 東京都渋谷区神宮前6-3-8 生活の木 Tree of Life 2F

■ホームページ <http://www.treeoflife.co.jp>