

幸せレシピ ローフード&発酵フードセラピー
クラス 豊穡の秋からスタート



始まりの10月

ローフードマイスター認定校となります。

10月24日までの天秤座領域は
バランス、調和がテーマの月。
心と身体のバランスをとる食からの
セルフメンテナンスと意識を高めて
ライフチェンジしていきましょう。

初開催の資格講座を先行受付開始致します。

幸せの種を拡げる

オーガニックローフード×発酵の
フードセラピー実践。

オーガニックの野菜をフードセラピーレッスンで
厳選して使用致します。

益々、軽やかに身体と内側からの美しく

オーガニックであること

感性が目覚めて、

幸せや豊かさの定義がどんどん変わっていく。

オーガニックは、自分や周りや地球環境、微生物や

目に見えないレベルまで一幸せにしていく力

幸せの種を蒔いて拡げていきましょう。

こんな方に

○食べながらデトックスし、栄養を吸収しやすい身体

通りが良い身体へと変化したい方

○身体を整えて、エネルギーを高めたい方

○オーガニックや自然栽培などの

本当の意味を実感したい方

○フードカウンセリングを身に付けたい

○家庭の中で、自分自身と家族を健康的に導きたい

○クリエイティブな発想力や五感を磨いて

フードセラピストになりたい方

○腸内環境を整えて、通りが良い身体と意識を

バランス良く整えてさらに軽やかしなやかな心身へ

○食べながら無理なくファスティングしたい方

食は、人間の欲求や根本と繋がっているので

食と向き合うことは自分と深く向き合うこと

消化しやすく、代謝酵素に補給出来るローフードは

ミトコンドリアの活性に繋がり、ローフードと発酵で

腸内環境が良くなり、腸の善玉菌の増加→脳との連動で、幸せな感覚が自然に湧き上がってくる

オーガニック畑での実習や観察なども

取り入れています。

採れたての野菜をじっくり味わい

ゆっくりじっくりクラスと

食べて綺麗になる集中クラス
が選んで頂けます。

2級講座

2時間×4レッスン 受講料 37800円

1日も可能。

準1級講座

3時間×4レッスン 受講料 57800円

2日間も可能。

1級講座 受講料 57800円

3時間×4レッスン

2日間も可能。

2級□準1級セット割引

→91800円

2級□準1級□1級 セット割引

156600円→140400円

となります。

10月21日までお申し込みの方に
さらに特典がございます。お楽しみに！

集中クラス 2級 10月20.21日 8時間

集中クラス

2級 11月23.24□準1級 11月25&26日

1級 12月8&9日

他、11月より月1回ごとの

2級~準1級~1級までの

平日クラスも開催致します。

遠方の方も通いやすい日程となっております。

11月自然溢れる白山リトリート ローフード合宿
2日間～4日間受付中！
山の幸や食材を味わいながら
身体と心が清まります。

月1回、月2回ずつ進んでいく日程あります

上記予定が合わない方、不定期のお休みの方など
ご相談下さいね。

☆季節の幸せレシピ フードセラピー体験レッスンは毎月開催中です！

10月8日 3500円 幸せな時間となりました
ご参加ありがとうございます！

11月11日日曜

フードレッスン&セレネアニバーサリー月

フードランチ 4500円

沖縄オーガニックリトリートからのお土産のほか、沖縄食材も使用かも！？お楽しみに

12月 クリスマスフードセラピー

近々日程などお知らせします

～フードセラピー参加者様からのご感想～

フードセラピーを受けてから、気になる体重や
お腹周りがスッキリして、お通じも良くなり
身体の調子が疲れにくくなりました！

食べ過ぎても自分でコントロールが出来るようになり
体調も気分も良く、本当に受けて良かった！

お肌の調子が良いし、綺麗になったね何かした？
生き生きしてると周りから言われる

オーガニックローフード発酵の力
で人生を幸せレシピで彩っていく
自分も周りも幸せになる！
始まりの新月ですね

オーガニックライフスタイルサロン **selene** 金澤
白山デイジーラボラトリとキッチン
金田

お問い合わせご予約は

0762632605