



6.26
THU

T's レストラン
ソフィアウッズ・インスティテュート
「ホリスティック美女講座」

心と体をひとつに結ぶ食事
- マインド・ボディ・コネクション -
ディナー & トーク



お申込み先:

<http://www.sophiawoodsinstitute.com/workshop/index.html>

“Authentic and Holistic Happiness” - 本物で丸のままの幸せ

それは、食から始まります。

腸内環境を整え、幸せホルモンを増やすホリスティックな食事とライフスタイルについて、
米国代替医療協会公認のホリスティック・ヘルスコーチのお話を聴きながら、
実際に、腸内環境を整え、幸せホルモンを増やすお料理を楽しむ
体験型ワークショップです。

お食事は、動物性食品をいっさい使用せずに、ホリスティック・ヘルスコーチの提案の下、
大地の恵みを受けたお野菜ばかりを使用し、
今回のワークショップのために T's レストランが 創ったオリジナルのメニューです。

【開催日】 2014年6月26日(木)
【開催時間】 19:30 - 21:30
【場所】 T's レストラン
目黒区自由が丘2-9-6 Luz自由が丘 B1F
【料金】 ホリスティック・ヘルスコーチ提案の
T's レストラン オリジナルメニュー
ディナー・コース付き
お一人様 **¥4,000**
※5月31日までにお申込み: ¥3,750

◇主催◇
ソフィアウッズ・インスティテュート
食を通じ健康で幸せな人生が得られるようホリスティックヘルスコーチングを提供しています。

◇講師◇
森 智世(もりちせ)
・ソフィアウッズ・インスティテュート代表
・米国代替医療協会 公認ホリスティックヘルスコーチ
・国際ヘルスコーチ協会登録ヘルスコーチ
・厚生労働省スマートライフプロジェクト・メンバー
・経営学修士(MBA)
・日経ウーマンオンラインで『ホリスティック美女講座』連載中

