

5

薬膳梨楽 5th Anniversary

マイごはんウィーク

2022.2.7(月) ~ 13(日)



Instagramフォロワー様限定 プレゼント企画

これまで関わってくださったみなさまへの感謝を込めて薬膳梨楽おススメのお品を用意いたします。
詳細は2月になって発表いたします。
ふるってご応募ください。

「今の自分にフォーカスする」 「今の自分にちょうどいい」

これが薬膳梨楽のコンセプトです。
おやすみ前のひとときを今の自分のためだけに過ごしましょう。
aroma yoga Natuaの三浦綾子先生とのコラボライブでお届けします。

Insta Live 「おやすみ前の瞑想会」
2/11(Fri) 21:00 Start



1日だけの特別コラボ

筋膜リリース×薬膳

タオル一本でできる
筋膜リリース

スーパーの食材で
始める薬膳

運動苦手でも
身体硬くても
大丈夫◎

テーマは
血を増やす
薬膳

筋膜リリースインストラクター
エステティシャン
和田 優喜子

管理栄養士
国際薬膳調理師
首藤 真梨子

からだを中から外から巡らせよう

2月13日(日) 13:30~

「からだの中から外からWケア」

オンラインレッスンで大人気！
「簡単・タオルで筋膜リリース」と「スーパーの食材で始める薬膳」のスペシャルコラボです。
その日から使える内容をお届けします。

最新の情報は薬膳梨楽のHP、Facebook、Instagramにてアップいたします。