

金・土曜日に開催します！

小麦粉、お砂糖、卵、乳製品を使わないスイーツ

★便秘解消！ お子様にも優しい酵素タップリのスイーツセミナー★

ロースイーツ講習会

- ☆5月11日（金）10：00～12：00（ローアイスクリーム&甘酒シェイク）
- ☆5月12日（土）13：00～15：00（ローフレッシュアボカドタルト）
- ☆6月8日（金）10：00～12：00（ローパンプキンタルト）
- ☆6月23日（土）10：00～12：00（ロー甘酒チーズケーキ）
- ☆7月 7日（土）10：00～12：00（ローココナッツトリュフ）
- ☆7月13日（金）10：00～12：00（ローカカオムース）
- ☆8月 4日（土）10：00～12：00（ローチョコプディング&フルーツパフェ）

酵素栄養学

も学べる！

塩尻市市民交流センター

会費 3,000円 8名限定

えんぱーく3F

食育室



ロースイーツは生の素材で作る非加熱スイーツです。
酵素、ビタミン、ミネラルなどがタップリ入っています。
代謝がアップし、お肌の再生、デトックス、免疫力アップにつながります。
加工食品が多い現代人にはお役に立つスイーツです。
酵素栄養学も学びながら楽しいレッスンをしてみませんか？

【松本教室ではロースイーツ基本コース他、ローフードのコースも開催中です】

★ロースイーツ基本12回コース終了「ロースイーツアドバイザー」の終了証がもらえます

【お問い合わせ】

認定ロースイーツインストラクター 小原静代

認定酵素インストラクター 090-6475-4299

cindy00216@gmail.com