11月無料！！！

# 栄養カウンセリング

## 運動と栄養で目標へのサポート致します!!!

1対1で目標や食事内容、時間等のヒアリングから
無理なく効果が出るポイントをアドバイスさせて頂きます！

## 【日程】

**8日（金）**
①10:00~10:30
②10:45~11:15
③11:30~12:00

**13日（水）**
①9:00~9:30
②9:45~10:15
③10:30~11:00

**20日（水）**
①19:30~20:00
②20:15~20:45

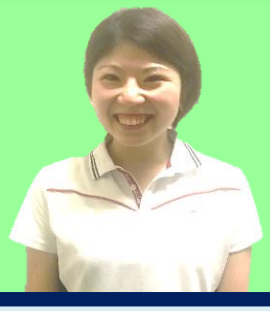
**22日（金）**
①14:00~14:30
②14:45~15:15

**27日（水）**
①19:15~19:45

**28日（木）**
①12:30~13:00
②13:15~13:45

## 【対象】

施設利用者
※（フリー、コース型教室、子どもクラス受講の保護者の方）の
お客様はどなたでもご参加いただけます。



☆管理栄養士☆
もとじ
元治すずか

## 【予約方法】

11月6日（水） 12時~4Fプリント受付　13時~電話受付

・ご予約は先着順となっております。
・日にち希望時間（①～③）をお選びください。（お1人様1枠となります）
・キャンセルの場合は必ずお電話にてご連絡下さい。

品川健康センター—03-5782-8507