

# 佐賀・温泉 プチ断食リトリートのご案内

この度は、お申し込みいただきまして、誠にありがとうございました。

## ① 参加費のお振込みについて

お振込後、申込用紙に振込みの控えを添付の上、FAX若しくは郵送にて、ご返信をお願いします。  
(参加費) 30,000円 早割 28,000 (3/31 までのご入金) ペア割 (2人以上同時申込)  
\*申込締め切り (5/7) までに、お手続き (参加費の御入金) をお願いいたします。  
\*何かの事情で、やむをえず参加できなくなった場合は、お早めにご連絡ください。

## ② 集合場所 (現地集合)

フォレストふじ 1階会議室 (初日の講義・ヨガの会場です)

佐賀県佐賀市富士町大字古湯2624番地 TEL:0952-58-2882

\*会場までの地図は別紙にあります。

\*送迎をご希望の方は集合場所 (JR佐賀駅もしくは高志高校前) をお願いします。(集合時間は別紙地図に記載)

熊野川温泉 夢千鳥 (1日目ワーク・宿泊・2日目の会場)

佐賀県佐賀市富士町上熊川288 TEL:0952-51-0155

当日の緊急連絡先 090-5024-1969 (仲ひろみ)

## ③ 持ち物について

(宿泊用具) パジャマ、歯ブラシ、シャンプー、石鹸、ドライヤー、タオル、バスタオル、部屋着、雨具。  
動きやすい服、歩きやすい靴。

※朝晩の気温が低くなる場合がありますので、上に羽織るもの

(講座) 筆記用具 (手当て法) バスタオル1枚、タオル2枚

## ④ 傷害保険の加入について

旅行中は傷害保険に加入しますので、セミナー期間中、ないしは行き帰りの道中で、事故やケガなどをされた場合は保険の対象となります。何か問題が起きた場合はご連絡ください。

## ⑤ 断食について

今回の断食は、酵素飲料と玄米甘酒をつかったプチ断食セミナーですので、比較のお腹が空かず、楽に実践できますので初めての方でもご安心ください。もし可能でしたら、前日の夜と当日の朝の食事は、穀物菜食の食事か、軽めの食事にしていただきますと、より断食の効果が上がります。

## ⑥ キャンセル料について

※返金額はキャンセル料及び、振込手数料を差し引いた金額となります。ご了承ください。

1週間前	20%
前日	50%
当日	100%

※お問い合わせ等は、下記までお願いいたします。

お申し込み・お問い合わせ先

**ベジガーデン料理教室 (仲ひろみ)**

〒818-0005 福岡県筑紫野市原716-57 TEL:090-5024-1969

E-mail:cafevegegarden@gmail.com URL:vegegarden-jp.com