

有吉与志恵『深部体温を上げれば、やせる！不調がとれる！！』発売記念講演

# 冷えを改善して健康でキレイに！



**有吉与志恵**

コンディショニングメソッド開発者であり、運動指導歴30年を超える現役コンディショニングトレーナー。本を読むのも書くのも好き。著書は16冊。オフィシャルサイト <http://ariyoshiyoshie.com/>

これまでに1万人以上のクライアントを健康に導いてきた  
コンディショニングトレーナー  
有吉与志恵が、  
**冷えを根本改善し**  
**「健康」で「キレイ」になる**  
秘訣とメカニズムを大公開！

こんな人は深部が冷えている可能性大！

お腹を触ると冷たい  
姿勢が悪い  
皮膚が硬い・乾燥する  
甘いものが好き

## 【日 程】

12月5日（金）

13：30～14：30

## 【場 所】

**なんばパークス産経学園**

大阪府大阪市浪速区難波中2-10-70 なんばパークス5階  
（「Books&Culture KuLaSu season」内）

【定 員】 40名

【参加料】 無料

コア  
深部体温を上げれば、  
やせる！  
不調がとれる！！

コンディショニングトレーナー  
有吉与志恵  
講談社

その不調、深部の冷えが原因です  
「体温が1度下がると、  
成人女性は1年で  
約4kg 増える！」

講談社

**WEBでお申込み受付中**

<http://ariyoshiyoshie.com/news/20141205>

