

2 ととのうワークショップ 椅子ヨガ×アロマスプレー作り

ヨガの前に五感をひらくアロマスプレーを作り、アロマの香りに包まれながら、椅子ヨガで心と身体をととのえましょう♪

★ヨガ後のドリンク付き

時間 10:30~11:30
参加費 1000円(税込)
定員 7名 ※事前予約制
講師 LOHAS studio スタッフ

※年齢制限は設けておりませんが、補助なしで座れ床にしっかり足がつくことが必要です。



事前
予約制



LOHAS ろはす きゃらばん
CARAVAN

2023.8.7 Mon

10:30-16:00 *雨天決行

WORKSHOP×MARCHE

LOHAS studio kumagaya

LOHAS studioのスタジオコーディネーターがお届けする
選りすぐりのマルシェと楽しいワークショップが
ひとつになった「LOHAS CARAVAN -ろはすきゃらばん-」

3 「おいしいね」のお料理教室 香味野菜麴作りワークショップ

これさえあれば! どんなお料理も簡単においしく作れちゃう魔法の調味料。香味野菜麴は材料も作り方もとってもシンプルな体に嬉しい万能調味料です。小瓶に詰め、ご自宅で熟成を楽しめます♪

★活用レシピ&ドリンクとプチ試食付き

時間 ①13時~14時 / ②15時~16時
参加費 3500円(税込)
定員 各回6名 ※事前予約制



事前
予約制

当日参加
OK

1 木のうちわ DIYペイント体験

国産間伐材「木のうちわ」に
自然塗料を塗ろう!

参加費 300円(税込)



ZAKKA
SPECIAL SALE
MAX 50%OFF

・北欧雑貨
・ナチュラル雑貨
・DIY金物



講師 植村 遊希
APNA®認定ペット食育准指導士
「おいしいね」主催
・自由料理家
・グルテンフリー料理研究家



【会場】 LOHAS studio。熊谷店
埼玉県熊谷市中央5-1-12 定休日：水

店舗前に駐車スペースあり
熊谷駅北口 徒歩約20分
国際十王バス 雀宮団地入口バス停下車 徒歩1分

【電話】 0120-19-5955 フリーコール / 048-527-7200 熊谷店直通 (受付：10時-18時)