

# Vita-Mix × Living Food

## 体験クラス開催

講師：いとうゆき先生  
(リビングフード協会理事)



講師にリビングフード料理研究所「LIVEggie's」を主宰されているいとうゆき先生を迎え、「Vita-Mix」を使ったリビングフードの体験クラスを開催いたします。



### 酵素を“生きたまま”取り込む 「Living Food」が体験できる

リビングフードは、食材を加熱せずに生で食べるのが特徴。その大きな理由が“酵素”です。酵素が不足すると、老化や現代病と称される様々な諸症状の原因になると言われています。

酵素は48℃以上で加熱すると破壊されてしまうため、食材を加熱せずに調理・摂取する必要があります。

リビングフードで、酵素を効果的に接種する事で代謝が活発になり、美容や健康、ダイエットにも非常に効果があるのです。

健康志向のアメリカのセレブの間では既に大注目のリビングフード。「Vita-Mix×リビングフード」の体験会に是非ご参加ください。



場所：代官山アントレクラフト3F  
定員：15名（予約順）

講師：いとうゆき先生  
(リビングフード協会理事)

日時：11/23 (月)

見た目年齢を5才若く！  
酵素でアンチエイジング

12/ 2 (水)

家庭で出来るインフルエンザ対策！  
酵素で免疫力UP

12/ 5 (土)

今年の冬は太らない！年末年始で食べ過ぎても  
無理なく痩せるコツ

11:30~12:50 (80分) 各回共通

参加費：525円 (材料費込)



〒150-0034 東京都渋谷区代官山町13-6  
TEL: 03-5428-3133 FAX: 03-5428-3134

概要

ご予約・お問い合わせ：(株) アントレックスVita-Mix担当 加藤 TEL.03-5368-2405 HP: <http://www.vita-mix.jp/>