

食べ方を知る
実践プログラム
(セミナー付)

開発に5年、1000人のモニターで実証。

わかげんまい カラダを中から変える10日間
若玄米リセットプログラム

これまでの食事(食スタイル)から現在のカラダができています

つまり

これから食事(食スタイル)で未来のカラダができる

一番大切なことは…

これからの食事
(食スタイル)



未来のカラダ

食べる断食道場 リバウンド0 成功率98%

しっかり食べてるのに
やせるカラダをつくる。

体内の余計なものを外に出し
食スタイルでカラダを変える！



わかげんまい カラダを中から変える10日間
若玄米リセットプログラム っ、なんなの ???

5年間の開発と1000人のモニター実証、そして一般社団法人 日本健康食育協会の
監修を得て完成した「食とカラダを知り、それを実践する」プログラムです。

モニターに参加した皆さんの実感と変化!!

食やダイエットには
罪悪感と葛藤ばかりだった
このプログラムで食事への
気持ちが変わった

肌全体がいい感じになった♪

ダイエットルールから開放された〜

カラダが変わる理由を
学んでからやるから安心して
毎日の変化を楽しめた

若玄米を食べるだけで
こんなにお通じが違うのか

どんどんお腹周りがスッキリしてきた

準備も簡単で、
飽きずに続けることができた

玄米にはマズイってイメージが
あったけど、若玄米が
想像以上においしくて驚いた

ダイエット・メタボ対策・美肌効果・便通・デトックス・体質改善…

若玄米リセットプログラムのスゴイところ!!

point 1. 虎の巻セミナー

最初に「食事とカラダの関係を知る。」ことで、プログラム実施のときに現れるカラダの変化を安心して楽しめる。

point 2. 若玄米リセットプログラム

成長過程のお米を集めた栄養満点の特別な玄米「若玄米」と、天然のサプリメントと言われる雑穀を独自に配合し作った「リセットブレンド」を採用！若玄米とリセットブレンドはどちらも国内産 100%。味と品質にこだわった究極の美容・健康食。

point 3. ステップアップセミナー

プログラムを終了してカラダがリセットされたここからがこれからのカラダの基礎になる。プログラムを振り返り、新しい自分に合った食スタイルへ。

point 4. 専門家のサポート

健康・食育シニアマスターを取得し、専用の研修を受けた当プログラムの専門家が個々の方の体質や体調に合わせた提案と、プログラムについての不安をしっかりとサポート。



10日間集中で身体をリセッ

食べる断食道場 **リバウンド0** 成功率**98%**

しっかり食べてるのに
やせるカラダをつくる。

**体内の余計なものを外に出し
食スタイルでカラダを変える！**



短期集中の体質改善プログラムです。

90分の意識改革レッスンを受け、

自宅に届く食材を指定の食べ方で

10日間しっかりと食べます。

胃腸の機能を高めながらデトックスを行う

ことで、驚くほど心と体が変わります。

90分 レッスン



10日間の実践



90分 レッスン

10日間の食材(若玄米+デトックス雑穀)
2回のレッスン、10日間サポート つき

www.shoku-ld.jp/reset/

「食べる断食道場」または「若玄米リセット」で検索