

## 新規講座

# アスリートフード講座 「筋力アップ」



筋力アップ食材や食べ方、レシピ紹介、  
試食あり。スポーツをしている方や保護  
者の方、ぜひお越しください！

New!



10/11[水]  
19:00～21:30

高橋 道子  
アスリートフードマイスター1級

1,620円(1回)  
材料費/800円



## ベルデ文化教室

お問合せ・  
お申込みは (0155)66-4072

帯広市西17条南4丁目8-6 営業時間/ (月～土) 10:00～18:00、講座のある場合は21:00まで (日・祝)休業