

2017年

5月



Vitamix ヘルシーフード講習

Vitamixを使って、おいしくヘルシーで簡単な食事健康法を学ぶ講習です。

ご予約は
こちらから

http://vita-mix.jp/vitamix_center/schedule/
vitamixcenter@entrex.co.jp ☎ 03-5368-2539

メールでご予約の方は、お名前・お電話番号・講習日・参加人数を送信ください。担当者から受付メールをお送りします。

QRコード
からもご予約
いただけます



8つの機能の基本を学びます。

1st 8つの機能
(定員12名) TNC5200,PRO500

1st バイタスタディ
(定員14名)
栄養や食事術などデモ形式です。

1st S30 8つの機能
(定員8名) S30

1st バイタクッキング
(定員6~10名)
エプロン持参の参加型講習です。

1st PRO750 8つの機能
(定員12名) PRO750

全ての講座で試食・試飲がごさいます。

	11:00~12:30	15:00~16:30
1月	1st ヘルシーハイアンランチ 齋藤 美由紀	1st S30 8つの機能 齋藤 美由紀
2火	1st エディブルフラワー&スムージー 小原 伶於	1st 8つの機能 小林 真紀子
3水	1st S30 8つの機能 伊藤 真理子	1st 8つの機能 伊藤 真理子
4木	1st PRO750 8つの機能 岩崎 貴子	1st 8つの機能 齋藤 美由紀
5金	1st 8つの機能 岩崎 貴子	1st お悩み解決!アイス&シャーベット 齋藤 美由紀
6土	1st ドライコンテナ② 馬部 由紀乃 パンの基本	1st ドライコンテナ① 馬部 由紀乃 砕いて作ろう
7日	1st S30 8つの機能 岩崎 貴子	1st 8つの機能 池田 景
8月	1st お悩み解決!アイス&シャーベット 齋藤 美由紀	1st 8つの機能 岩崎 貴子
9火	1st 8つの機能 高橋 正恵	
10水	公認デモンストレーター育成研修 10:00~19:00 齋藤 美由紀 ※別途お問い合わせください。	
11木	1st S30 8つの機能 小野 絵里奈	1st 腸を綺麗にして美肌ゲット 矢嶋 まさ美
12金	1st 8つの機能 望月 未奈子	1st PRO750 8つの機能 池田 景
13土	1st S30 8つの機能 池田 景	1st 8つの機能 齋藤 美由紀
14日	1st PRO750 8つの機能 齋藤 美由紀	1st 8つの機能 岩崎 貴子
15月	1st 離乳食(初期/5~6ヶ月) 高橋 正恵	1st 8つの機能 望月 未奈子

TNC5200 PRO500 バイタベーシック 8つの機能 **1st**
受講料:3,000円(税抜)

TNC5200,PRO500をお持ちの方に
8つの基本的機能「攪拌」「冷却」「加熱」「潰す」「砕く」「刻む」「混ぜる」「挽く」と、ホールフードレシピ6品の人気の講習です。



PRO750 バイタベーシック 8つの機能 **1st**
受講料:3,000円(税抜)

PRO750をお持ちの方に
Vitamix PRO750の8つの基本的機能「攪拌」「冷却」「加熱」「潰す」「砕く」「刻む」「混ぜる」「挽く」と、ホールフードレシピ6品の講習です。



S30 バイタベーシック 8つの機能 **1st**
受講料:3,000円(税抜)

S30をお持ちの方に
Vitamix S30の8つの基本的機能「攪拌」「冷却」「加熱」「潰す」「砕く」「刻む」「混ぜる」「挽く」と、ホールフードレシピ6品の人気の講習です。



1 ヘルシーハイアンランチ
受講料:3,500円(税抜)

憧れのハワイアンカフェメニューを、
簡単、ローカロリーに作ります。
オシャレな夏のランチに!
・チキンロコモコ ・豆乳マカダミアソース
のパンケーキ ・マンゴースムージー



2 エディブルフラワー&スムージー
受講料:3,500円(税抜)

飲み慣れたスムージーも
エディブルフラワーを添えれば華やかに!!
グリーンスムージー等の基本を学びながら
食用花を添えてアレンジを楽しむ参加
型の講習です。



5 **8** お悩み解決!アイス&シャーベット
受講料:3,000円(税抜)

コツをつかめば
簡単においしくできる!
・ナッツ&オレオアイス
・ココナッツ&小倉アイス
・オレンジ&ベリーシャーベット 他



6 ドライコンテナ①砕いて作ろう
受講料:3,000円(税抜)

ドライコンテナの基本的な使い方を
学び、様々な物を砕いてみましょう。
・ウイナーコーヒー
・ドライフルーツチョコボール
〈お持ち帰り〉だしパック、ふりかけ



6 ドライコンテナ②パンの基本
受講料:3,000円(税抜)

ドライコンテナ「こねる」機能
「こねる」機能を使ったオリジナル米粉
パン作り講習。
・きなこバター ・簡単スープ



11 腸内美人になる!腸を綺麗にして美肌ゲット
受講料:3,500円(税抜)

体の中からキレイになれるレシピ3品をご紹介します
・大根と金柑の腸活スムージー
・蓮根とキヌアのとろろどんぶりサラダ
〜くるみだれを添えて〜
・味噌チーズスプレッド



15 離乳食<初期/5~6ヶ月>全4回シリーズ
受講料:4,000円(税抜)

大切な赤ちゃんの初めての食事をVitamixで
離乳食の全てを全4回を通してわかりやすく解説するシ
リーズが始まります。(初期)はミルク以外を初めて口にする赤
ちゃんに。・フルーツスムージー・10倍かゆ・野菜のペース
と3種・とり肉と野菜のスープ・ハーブパースデー用ケーキ
【離乳食早見表プレゼント!】初期から完了期まで食材をチェック!



●予告なく講習会スケジュール、担当講師を変更することがあります。最新の情報はHPまたは電話、店頭へご確認ください。
●予告なく取材、撮影が入る場合があります。顔が映ることがあることをご了承ください。●予約は前日12時までにお願ひします。
講習会のご予約・キャンセルは、食材の準備などの都合上、前日12時までにご連絡をお願いいたします。

	11:00~12:30	15:00~16:30
16 火	1st PRO750 8つの機能 濱口 久美	1st 8つの機能 小林 真紀子
17 水	1st 8つの機能 飛鳥 妙子	1st [S30] 8つの機能 板垣 文路
18 木	1st PRO750 8つの機能 岩崎 貴子	1st 8つの機能 岩崎 貴子
19 金	Vitamixで手前味噌作り 高橋 正恵	1st [S30] 8つの機能 池田 景
20 土	1st 8つの機能 小野 絵里奈	グリーンスムージー〈実践〉 濱口 久美・小野 絵里奈
21 日	絶品!手作りハンバーグ 高橋 正恵	1st PRO750 8つの機能 高橋 正恵
22 月	絶品!手作りハンバーグ 高橋 正恵	1st 8つの機能 望月 未奈子
23 火	アンチエイジング美学× 飛鳥 妙子 スーパーフード講座	1st 8つの機能 板垣 文路
24 水	1st 8つの機能 小野 絵里奈	1st PRO750 8つの機能 飛鳥 妙子
25 木	「食育」お酢からの提案! 三重県「蔵元 中野商店(中野酢)」	1st [S30] 8つの機能 池田 景
26 金	1st 8つの機能 望月 未奈子	スパイスで脳活 小野 絵里奈 15:00~17:00
27 土	1st 8つの機能 岩崎 貴子	発酵食〈キムチ〉 岩崎 貴子
28 日	ローフード&ロースイーツ 宗方 久美子	1st [S30] 8つの機能 岩崎 貴子
29 月	離乳食〈中期/7~8ヶ月〉 高橋 正恵	1st PRO750 8つの機能 望月 未奈子
30 火	グリーンスムージー〈基本〉 濱口 久美・小野 絵里奈	1st 8つの機能 濱口 久美
31 水	1st [S30] 8つの機能 望月 未奈子	1st 8つの機能 池田 景

●予告なく講習会スケジュール、担当講師を変更することがあります。最新の情報はHPまたは電話、店頭へご確認ください。●予告なく取材、撮影が入る場合があります。顔が映ることがあることをご了承ください。●予約は前日12時までをお願いします。

講習のご予約・キャンセルは、
食材の準備などの都合上、
前日12時までにご連絡を
お願いいたします。

10 公認デモンストレーター育成研修

全国各地の百貨店や有名専門店にて店頭デモンストレーションを行って頂ける方を対象にした講習会となっております。Vitamixが大好きな方、健康食に関心のある方、実演販売に挑戦したい方などとにかくご興味のある方は、ぜひ一度お問い合わせください。

19 Vitamixで手前味噌作り

受講料:3,500円(税抜)

Vitamixで味噌作り
わが家の味を簡単に

日本の食卓に欠かせない味噌を、添加物を使わずに自分だけの味を作るのは魅力的です。味噌作りの時期に簡単な作り方を実践してみましよう。



21 22 絶品!手作りハンバーグ

受講料:3,500円(税抜)

肉の挽き方もコツを掴めば簡単!

手作りの美味しいハンバーグがあつという間に作れます。デミグラスソースも「長時間煮込んだ味」を瞬で。粗挽きハンバーグ&たっぷり野菜のデミグラスソース・パプリカとセロリの春色サラダ・春キャベツのポタージュ

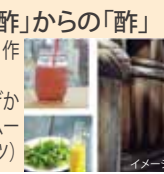


25 「食育」お酢屋からの提案! 中野酢120mlのお酢プレゼント付き

受講料:3,500円(税抜) 三重県「蔵元 中野商店(中野酢)」

日本の三大発酵調味料「醤油・味噌・酢」からの「酢」

蔵元 酢杜氏から食育をテーマに「酢」の効能と効果、作りおきからの簡単メニューをご紹介します。
・ピクルス・自家製ドレッシングとポン酢・酢たまねぎからコンスープポタージュ・チアシード入りピンクスムージー(酢スムージー) ※ピンクはビタヤ(ドラゴンフルーツ)



11 発酵食〈キムチ〉

受講料:3,600円(税抜)

植物性乳酸菌と食物繊維がたっぷりのキムチを、Vitamixの特徴を活かして簡単に作っていきましょう。
・キムチを使った一品・発酵済みキムチ(お持ち帰り)作ったキムチ(持ち物)エプロン、キムチを入れる袋



29 離乳食〈中期/7~8ヶ月〉全4回シリーズ

受講料:4,000円(税抜)

大切な赤ちゃんの初めての食事をVitamixで少しずつ固形の食感も楽しんでみましょう。手づかみで食べられるヘルシーおやつもご紹介。
・フルーツスムージー・ミネストローネ
・5倍かゆ・焼き豆腐のなすソース
・かぼちゃのプリン・3種の野菜ぼうろ



30 グリーンスムージー〈基本〉

受講料:3,500円(税抜)

春のデトックスレシピ

グリーンスムージーの基本と春におすすめのレシピ4品をご紹介します。しっかり学んでたっぷりご試飲いただけます。春のグリーンチャート、フルーツチャートプレゼント!



20 グリーンスムージー〈実践〉

受講料:3,500円(税抜)

おいしく作ろう春レシピ

デトックスに最適な春の葉野菜とフルーツを使って実際にお作り頂く参加型講習。フルーツからオリジナルまで楽しく作ってしっかりマスターしましょ。グリーンスムージーお役立ち情報シートプレゼント!



23 アンチエイジング美学×スーパーフード講座

受講料:3,500円(税抜)

食(栄養)とアンチエイジング(=抗老化)の密接な関係を探り、

話題のスーパーフード基礎知識も学べる講座です。お手軽お洒落なVitamixレシピをご紹介します。
・デトックスプレート・チアシードキャビア風ソース・枸杞の実スープ・白きくらげのアンチエイジングBeauty Sweets♥



26 スパイスで脳活〈鮭とアスパラのスパイスカレー〉

受講料:3,600円(税抜) ※15:00~17:00

脳活を応援するスパイスと食材を使ったレシピをご紹介します。パイタミックスならではの機能を生かして、美味しくウェルネスエイジング!
・脳活スムージー・鮭とアスパラのスパイスカレー
・柑橘のカチュンパル
・チョコミントゼラートフルーツのスパイスマリネ添え
※鮭以外は全て植物性食材使用、グルテンフリー



28 ローフード&ロースイーツ

受講料:3,500円(税抜)

生きた酵素と栄養素たっぷりのローフードで健康美を叶えましょう!

・ケルブヌードルのローチャプチェ・クラムチャウダー
・カフェショコラタルト・初夏のスムージー
生の植物性食材のみ、ノンコレステロール、グルテンフリーで美味しく簡単にできます。おなかも満足♪



バイタミックスセンター 新宿区新宿2-19-1 ビッグス7F

【受付時間】平日10:00~18:00/土祝日 10:00~17:00

東京メトロ丸の内線・副都心線、都営新宿線「新宿三丁目」駅C8出口直結



facebook Instagram VitamixJapan 検索