

いきいき講座 参加者募集!!

～気功術の講座を開催します!!～

平成29年2月15日(水)から
3月22日(水)まで

毎週水曜日(全6回)

会 場 : いきいき交流プラザ「サンタの笑顔」

時 間 : 午前10時15分～11時30分まで

講 師 : ^{うらべ}卜部 ^{すみこ}澄子 先生 (楊 ^{よう}名時 ^{めいじ} 気功健康太極拳師範)

募集人数

10名程度(先着順)

募集対象

栗山町民の方

内 容

中国古来からある生命エネルギーを高めて呼吸法により、免疫力、治療力、調整力を高めることを目的とした一種の健康法です。
ゆっくりとした動きで座ったままでも実施できるため、老若男女問わずどなたでも気軽に参加できます。

申 込 先
締め切り

栗山町社会福祉協議会 TEL 72-1322
2月8日(月)までに電話にてお申し込みください。