

「気」を感じて自分自身の調子を コントロールしよう

身体機能回復・心身の“よどみ”を解消して、気分爽快に！

体内の水分の流れを意識しながら、簡単な動きで
上半身からほぐすように筋肉を動かして行きます

日 時 平成29年 3月25日(土)
14:00~17:00



場 所 茅ヶ崎市勤労市民会館
練習室(4階)

内 容 「気功身体活性操法」の体験学習

講 師 医療気功師 小野 栄一

費 用 無料



講師 小野 栄一

申込方法 往復はがき(記入:講座名・住所・氏名・電話番号・年齢)



申込締切 3月18日(土)必着

定 員 20名(申込多数の場合抽選)

持 物 タオル・飲物等

服 装 動きやすい服装

お問合せ
・
郵送先

〈主催〉

茅ヶ崎市勤労市民会館

253-0044 茅ヶ崎市新栄町13-32
0467-88-1331