

健康増進！

参加無料

豊水地区体操教室

気功で健康づくり はじめませんか？

日程 令和6年度 毎月第二火曜日 ※6月、8月、10月は第1火曜日、
2月は第3火曜日

4/9(火)・5/14(火)・6/4(火)・7/9(火)・8/6(火)・9/10(火)・

10/1(火)・11/12(火)・12/10(火)・1/14(火)・2/18(火)・3/11(火)

時間 13:00~13:30

場所 豊水会館 2階和室（中央区南8条西2丁目）

対象 ご興味のある方

講師 響きの杜クリニック 気功講師 西谷 峻生 先生

人間を身体・心・スピリットの統合体と捉え、西洋医学・東洋医学・代替医療の
それぞれを活かした統合医療を実践されています。

- ★ 当日は直接会場へお越しください。予約は不要です
- ★ 動きやすい服装でお願いいたします
- ★ 不明な点がありましたら、下記迄お問い合わせ下さい
豊水まちづくりセンター ☎011-521-0204

円運動を基本とした5種類の功法と
頭部マッサージと
全身の経路の刺激を行います。
とても簡単な体操です！

主催：豊水地区連合町内会女性部
共催：豊水地区連合町内会

