

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 7 年度 毎月第二火曜日 ※6月、8月、は第1火曜日
4/8(火)・5/13(火)・6/3(火)・7/8(火)・8/5(火)・9/9(火)・
10/14(火)・11/11(火)・12/9(火)・1/13(火)・2/10(火)・3/10(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

