

健康気功体操

一緒に身体を動かし、心身ともにリフレッシュしませんか

※ゆったり全身を動かす伝統的な気功法（仙人長寿功、遺童功）を行います。

※年齢や体力に関係なく、どなたでも参加できます。

日時： 4月7日・14日 5月5日・19日 6月2日
（全火曜日） 10時30分～12時

募集： 12人先着

参加費： 2,500円（5回分）

講師： 伊藤 孝夫（気功インストラクター）

申込み： 3月11日（水）から電話または来館

【持ち物等】

- 動きやすい服装
- 運動用の靴
- 汗拭き用タオル
- 飲料水



※いただいた個人情報は目的以外に使用することはありません。

柳町コミュニティハウス
〒236-0026 横浜市金沢区柳町 1-3
電話：045-785-2403/FAX:045-785-2404
ホームページ <https://officekanazawa.org/yanagi/>

