

人生を楽しむ 呼吸法&マッサージ

気功体操で寝たきり予防

日時

2月7日(月)
10:00~12:00

講師

栗田 亜紀子 さん
(YOU-ME気功体操研究会)

場所

2階 多目的ホール

いろいろな呼吸法をマスターして元気な体作りに努めましょう。

定員： 35人(先着順)
参加費： 100円
申込み： 1月20日(木)より電話または窓口へ



※五本指靴下・汗ふきタオル・水分補給用の飲料水をご用意ください

#新型コロナウイルス感染症の影響で、中止になる場合があります。

お申し込み時の個人情報は協議会事業以外に使用することはありません。
来場者用の駐車場はありません。



主催：吹田市亥の子谷コミュニティ協議会

〒565-0824 吹田市山田西1-26-20

(吹田市立亥の子谷コミュニティセンター内)

TEL 06-6878-3155