

# 真向法体操

真向法で健康な身体に！ゆがんだ姿勢を整えましょう！

日時：平成23年7月27日・8月10日・24日・31日

(全4回・いずれも水曜日)

10:00~11:30

場所：2階 和室

講師：吉崎 幸孝 さん

真向法協会本部理事 大阪真向会会長

参加費：400円

定員：20人(多数抽選)

持ち物：タオル・ソックス

運動しやすい服装でお越し下さい

申込み：往復はがきに講座名・住所・名前・

電話番号をご記入の上

協議会事務局へお申込みください

7月13日(水) 必着

真向法体操は4つの動作からなり、  
股関節や筋肉を柔軟にし、全身の血行を  
良くして、健康を維持する体操です



※お申込みの個人情報は、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