

気功・無料体験会

★ 経絡(ツボ)と呼吸法で健康寿命を延ばそう ★

どういんようじょうこう

主催：導引養生功日本総本部 八王子協会

「気功・導引養生功」は、ゆったりとした動作、複式呼吸と経絡・ツボが気血を導き、自律神経を整えて五臓六腑の機能を高め、免疫力と自然治癒力を向上させて生活習慣病の予防と改善を促進し、フレイルを防いで健康寿命を延ばす健康法です。

日時：4月16日(火) 13:15~14:45
受付 13:00 ~

場所：学園都市センター12階イベントホール

対象：どなたでも

定員：20名

持ち物：動きやすい服装、飲み物

講師：導引養生功日本総本部 指導員
八王子協会代表 清水貞男



申込：電話またはメールにて

氏名、連絡先(電話番号またはメールアドレス)

宛先：清水 090-7708-2226

ss.2411-nbc197601@docomo.ne.jp



※ 八王子市学園都市センターはJR八王子駅北口前にあります。来館の際は有料駐車場をご利用いただくか、公共交通機関をご利用下さい。