

講座番号
84

講座名

メディカル・チーゴン(中医学気功・初級)

日時

10/17 24 31 11/7 14 21 28 12/5 12 19(火)
13:30~15:00

場所

南部公民館 大会議室

回数

10 回

定員

20名

講師名

富田まな

とても簡単な動作から始まりますので

分かりやすく、覚えやすい！

天の利地の利人の和！！

講座内容 「季節の養生」「初級気功」



プロフィール

・とよあけ市民大学「ひまわり」講師
みなさんのおかげサマで
やっとな生きています(^o^)

受講料

7,000 円

教材費

1,296 円(テキスト代)

持ち物

・動きやすい服装
・ヨガマットかレジャーシート
・タオル