

気功整体

眠っている状態での呼吸法や体の緊張をほぐす方法を中心に学びます。ツボ押しによる自己治療法、自己整体による予防や治療法、相手に対するマッサージ方法なども学べます。

日 時 : 平成 31 年 1 月 31 日・2 月 7 日・14 日 木曜日
10:00~12:00 (全3回)

場 所 : 植木文化センター 和室

講 師 : 池田 知良 先生

対 象 者 : 20歳以上の方

募集人数 : 15人

参加費 : 無料



申込締切:平成 31 年 1 月 22 日(火)
※申込み多数の場合、抽選になります。

※受講に際し、公民館で配慮が必要な場合には、遠慮なくご相談ください。

申 込 方 法

① 文化センター窓口

62円の郵便はがき一人1枚ご持参ください。
(表面に、申込者の住所・氏名を記入)

② 往復はがき (締切日必着) (124円)

返信表面:住所・氏名
往信裏面:講座名・住所・氏名・年代
性別・電話番号

③ インターネット

熊本市HP→「植木公民館」で検索→「主催講座案内」から申込み

申込み及び問合せ先

〒861-0136

熊本市北区植木町岩野238-1 TEL (096) 272-6906
植木まちづくりセンター・植木公民館 (植木文化センター内)