

プロが教える 体のツボ教室 (基礎と応用)

首や肩がこったり、風邪気味のときなど、ちょっとした体調不良のときには、体のツボとその働きを知っていれば、早めに体調を整えることができます。体調に応じた体のツボを学び、自分で実践するための講座です。

今回は、2回に分けてじっくりと学びます。【定員 15 人】

〈基礎編〉12月2日(火) 10時30分～12時30分

〈応用編〉12月9日(火) 10時30分～12時30分



■場 所:生活クラブ本部 2階会議室(JR 埼京線中浦和下車 徒歩3分)

■講 師:橋本八洲穂さん(鍼灸師)

■参加費:2回 2,500 円(1回のみの参加の場合は 1,500 円)

※膝や肘が出る服装で参加してください

主催 NPO法人 大人の学校

さいたま市南区別所 5-1-11 USK ビル

電話/FAX 048-866-9466

メール otonano-gakkou@ocn.cure.ne.jp

●大人の学校からのお願い●

キャンセル待ちの方や材料の準備の都合があります。お申し込み後のキャンセルの際は必ず連絡ください

