

「えっ、気功って、こんなに簡単なことで効果出るんや！」



ワクワク気功体操教室

気功の力で、若さを保つ！

静かな気功で心を平穏にして自らの内に気を貯え、動きのある気功で身体に気を通していけば、心身のバランスが整い、病気や冷え、肩こり、腰痛も改善していきます。

【効果】

- ・健康維持
- ・抜け毛が少なくなりハリのあるお肌になる。
- ・足腰が強くなり身体全体が若返る。
- ・身体がひきしまり、立ち姿が美しくなる。
- ・肩こり、腰痛、頭痛、疲労倦怠感の改善。
- ・うつ、高血圧の改善。



【参加費】 1回／2000円

【日時】

日程	時間
9月12日(土)	10時～12時
9月19日(土)	10時～12時
9月26日(土)	10時～12時

10月からは、
毎週土曜日の10時～12時
に行います。

【場所】



〒651-0094

兵庫県神戸市中央区琴ノ緒町1-6-18 プレジールコート101号

当日、ドタ参加もOKです(o^o)

【申し込み方法】

電話かメール、またはFBでメッセージをしていただければ、助かります。

TEL 078-222-7248

E-mail hiroaki.takez@gmail.com

【講師】

自称 お笑楽意 鍼灸師 竹内寛明

モットー 明るく、元気に、少シアホ (●^o^●)

