



白 彊 術



日本最初の健康体操です。

万病克服の体操とも言われています。

老若男女、病後のリハビリにも、誰にでも出来る
体操です。

下記で行っていますのでお気軽に問い合わせ下さい。

記

①中央公民館 毎週土曜日午後 1 時 30 分～3 時

参加費 月 2 0 0 0 円

連絡先 大貫はるみ 2 8 2 - 1 9 9 9

②真崎コミセン 毎週火曜日午後 1 時 30 分～3 時

参加費 月 2 0 0 0 円

連絡先 大関恵子 2 8 2 - 3 2 4 5

(0 9 0 - 8 7 4 7 - 5 5 0 9)