

気力充実 元気UP!

# 夏の健康気功体験教室

健康気功を体験して心身のリラックスを図り、心と体を整えましょう。  
ゆったりとした簡単な動きなのでどなたでも参加できます。動きやすい  
服装でご参加ください。

◇日時 令和3年7月16日(金)

午前の部：10：00～11：30

午後の部：13：00～14：30

※心身のリラックスと気力の充実をテーマに、  
午前と午後は、内容を変えて行います。

◇場所 〒669-3309 丹波市柏原町柏原5600  
丹波の森公苑 多目的ルーム



◇参加費 各回 500円 (お茶・お菓子付き)  
※午前・午後共に参加の場合は800円



◇定員 午前・午後共に25名(先着順)

◇主催者 丹波の森 健康気功の会

講師：西野 雅子 (上海での国際大会出場を経て、上海市練功十八法協会の指導員  
資格習得。丹波08大学のオープン学習で講師も努めています。)

講師補助：福田 秀樹 (森公苑に勤務していた健康おたくのおじさんです。)

◇申込み 丹波の森公苑活動支援部県民課

☎：0795-72-5168

FAX：0795-72-0899 (申込書 裏面)

E-mail: koen21@tanba-mori.or.jp



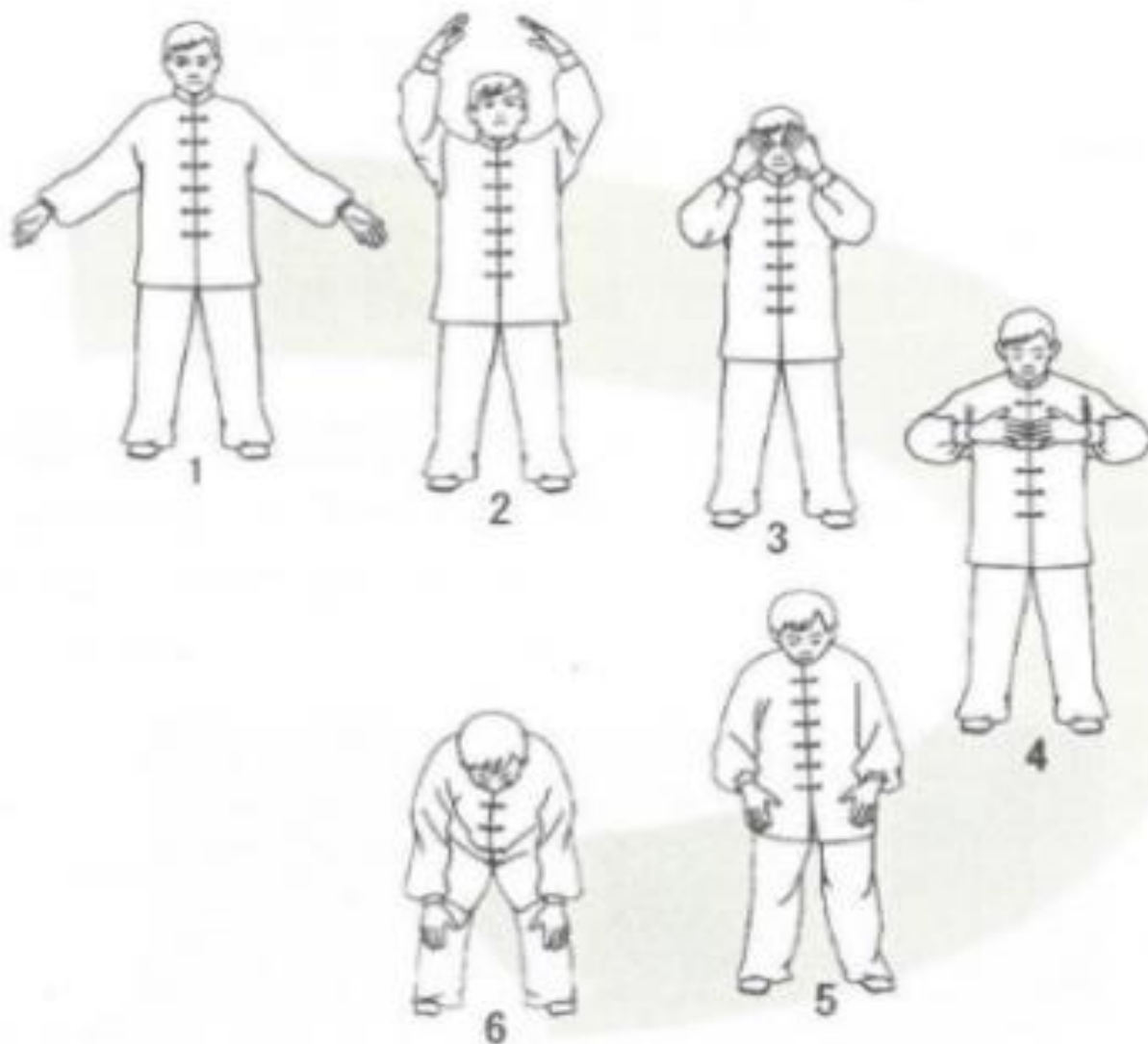
メールで  
申込み



※参加にあたっては、体温チェック、マスク着用、手指消毒など、新型コロナウイルス感染  
予防措置を行ってください。

◎この教室は、丹波の森公苑【生活創造活動グループサポート事業】を利用しています。

降気洗臓功(こうきせんぞうこう)



<夏の健康気功体験教室 申込書> FAX 0795- 72-0899

申込み受付は先着順で、定員になり次第締め切らせていただきます。  
 キャンセルされる場合は、ご連絡お願いいたします。

ふりがな	
お名前	
住所	〒           —
電話番号	
	・午前（500円） ・午後（500円） ・午前午後両方（800円）