

9月のけやき県民講座

参加
無料

～人生100歳時代～

心と体の老化予防

たった7つの習慣

笑いストレッチで、心の重心の楽姿勢でスタート、心拍運動・エネルギー瞑想・疲労回復ヒーリング・滑舌嚙下のベロ活・人間関係の聞く活・感情思考整理メモ書き たった7つの習慣で若返る実践講座です。

心と体のストレッチ整体下北沢 代表

講師：松下 いづみさん

日時：9月25日(水)
13時30分～15時30分



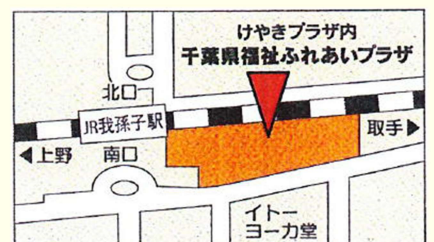
場所：7階 研修室

千葉県福祉ふれあいプラザ

月曜日休館・祝日の場合は翌平日休館 9時から18時

電話：04-7165-2886

FAX：04-7165-2882



お申し込みが必要です。(受付は先着順60名まで)
直接ご来場の場合は体験コーナーで受け付けます。