

女性限定

免疫力アップ



pikta.jp - 15307798

東洋医学のセルフケア

実践！お灸とツボとストレッチ

東洋医学の神髄はツボ療法。免疫力が高まることから、世界的に注目を集めています。皮膚を傷つけない画期的なお灸や、刺さないで貼るシール式の鍼なども登場、ツボの基礎知識を学び、実技をマスターすれば、素人でも実践できる時代になりました。

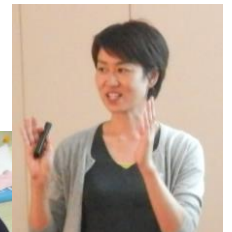
この講座では、鍼灸師の山下なぎさ先生が、東洋医学の考え方を分かりやすく解説、足腰の痛みや肩こり、冷え症などの体調不良を解消するための実技を指導します。ストレッチ指導もあり、しっかり身につければ、セルフケアはバッチリです

【講師】 ロータスウェルネス鍼灸院院長・健康運動指導士
M-Test インストラクター

山下 なぎさ 先生

【講座日】 原則 第4火曜日 (月1回)
18:30~20:00

【受講料】 全6回分一括・消費税込
受講料 12,960円 (2,160円/1か月)
維持費 1,296円 (216円/1か月)
教材費 1,200円 (200円/1か月)



※ 動きやすい服装をして、手ぬぐい、大きめのハンカチをご持参ください

【日程】	1回目	11月28日 (火)	2回目	12月26日 (火)
	3回目	1月23日 (火)	4回目	2月27日 (火)
	5回目	3月27日 (火)	6回目	4月24日 (火)



pikta.jp - 15397651

—受講申込み・お問い合わせ—

よみうりFBS文化センター

北九州市小倉北区浅野2-11-15 KMMビル別館2階

TEL: 093-511-6555 FAX: 093-541-6556

メール: yomiuri-fbs@tempo.ocn.ne.jp HP: <http://yomiuri-cg.jp>

