

受講生  
募集中！

# 東洋体操

丹田呼吸法  
呼吸を変える

身体を緩める体操  
身体を変える

気分すっきり！  
免疫力アップ！  
しなやかでバランス  
のとれたカラダに



見学・体験などお気軽にお問い合わせ下さい！

- 開催日 毎週水曜日（月4回）9:30～11:30
- 受講料 月額 3,500円
- 場 所 勝原市民センター 2階 普通教室
- 講 師 丹下 恵子 先生

申込みは勝原市民センター受付にお電話、または直接お申込み下さい。

姫路市 **勝原市民センター**

〒671-1203  
姫路市勝原区丁743番地

**TEL : 079-274-1648**

URL : <https://himeji-katsuhara.net/>

勝原市民センター  
ホームページ

