

健康体操 自彊術



市民塾

「自彊術に出会えて、今の私があると思っています。癌の術後、後遺症によるリンパ浮腫で、正座も出来なくなっていた状態から、今は元気に動けるまでになり、身体の変化を実感しています。喜びの一言に尽きます。」生徒さんの感想

日時： 毎週水曜日（第5水曜日は休み）
15：00～17：00

参加費： 2500円/月

講師： 中井サチエ

場所： NPO法人茨城県南生活者ネット
0297-60-8067
龍ヶ崎コミュニケーションハウス
龍ヶ崎市川崎町5番地

