

健康養生気功

提案年度：令和2年度

(体操 - 気功)

登録者No. 3

ねらい：健康で元気に生き生きと毎日暮らせるように

内容：中高年を対象に明るく楽しくをモットーにしています
気の流れを感じることで身も心もリフレッシュします

対象：18歳以上

会場：教室

曜日：平日

必要機材：ラジカセ等、CDを再生できる機器

時間帯：午前

時間/回数：応相談 / 応相談

費用負担：- (内訳：-)

定員：20人

謝礼：交通費・弁当代程度

備考：