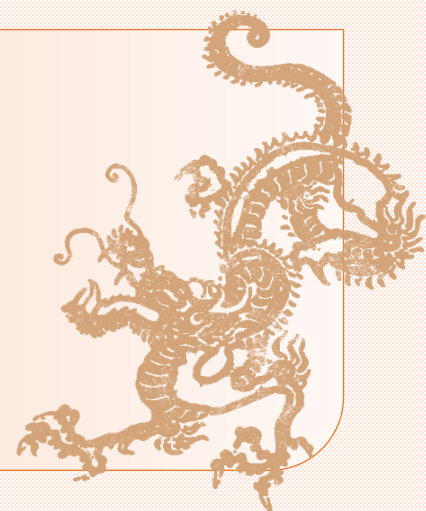




# 花架拳



「**花架拳**」とは・・・中国武将の一種で、  
散歩するように、左右の足をゆっくり動かす  
動作を行うことで、心身の健康や精神の安定に  
効果が期待できます。

日時：10:00～11:00

第1・3木曜日

講師：松下 康恵

(日本花架拳学会)



参加無料！！

初めての方でも大丈夫です！

お気軽にご参加ください♪



東部在宅・東老人福祉センター