



オルタ健康ステーションだより

の健康づくり

2021年 1-2月 NO.91

〰〰〰〰〰〰〰 オルタ健康ステーション ワークショップ 〰〰〰〰〰〰〰

ZOOMで



初めての 太極拳!

講師 ようさいそう 葉賽聡先生
中医師・中国武術六段

お家にいながら、プロから教わる太極拳

～ いつでも・どこでも・だれでも太極拳 ～

- 太極拳に興味があり、どんなことをするのか知りたい・体験したい方
- 家の中で体を動かして健康づくりをしたい方
- 毎日マスクで呼吸が浅くなっていると感じている方

2021年1月15日(金) 10:30~11:30

参加料 税込 2,000円

支払方法①オルタ健康ステーション窓口で現金にてお支払い

②お振込み(振込手数料は参加者負担)

※お申込み後に振込先口座のご案内メールをお送りします

定員 11名

申込・支払締切

1/8(金)までに参加料をお支払いください。

ご入金が確認できた方に ZOOM 入室用 URL をメールでお知らせします。

※オルタ健康ステーションからのメールを受信できるように受信設定をお願いします。

メールアドレス:kenkou-station@anzu-kanpou.jp

ZOOMで 初めての太極拳! とは?

WEB 会議のためのアプリ「ZOOM」を使ってご自宅のパソコン等から参加する、オンラインワークショップです。

「たみ 1 畳」の広さがあれば OK!

【お申込み】・【お問い合わせ】は『オルタ健康ステーション』窓口またはメールにてお申込みください。

メールでの
申込みフォームはこちら!



QR コードを読み取ったら→「メール制作画面はこちら」へ進んで下さい

オルタ健康ステーション

横浜市港北区新横浜 2-8-4

オルタナティブ生活館 2F

TEL 045-471-1733

FAX 045-472-0109

