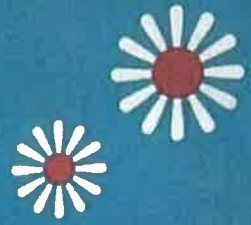


健康体操

いつまでも元気で
若々しくありたい
あなたに！



自分を強くする体操

「^{きよう}彊」は「強い」という言葉です

自分でじぶんを
強くする
術(すべ)

それが日本で100年以上つづく
健康体操「自彊術」です

どなたでも・いつでも・無理なく
行える体操、はじめませんか？

自
彊
術

じ
きよう
じゆつ



◎場所： 七宝総合体育館

◎日時： 毎週 日曜日 午前10時～11時30分

◎持ち物：バスタオル、上はTシャツ、下は柔軟性のズボン

◎お問い合わせ先： 木村 千代子 ☎052-441-9467 (午前中)

★是非、見学、体験に来て下さい

七宝自彊術体操