

<有機農業と操体の旅>

操体の講習会



腰痛や肩こりなどでお困りではありませんか？自分でできる操体法。どのようにしたら、日々自分で実践できるかをこの講習会を通じて学びたいと思います。普段の自分の癖でできた体の歪みを正し、健康で幸福な日常を送りましょう。

講師 小林美喜子さん

日本有機農業研究会生活部、30年余の操体の体験を積む

- **日時 2016年1月23日(土)**
14時開始 16時半頃終了予定
- **場所 城山記念館** (栃木県佐野市若松町504) 東武佐野線佐野駅北口に隣接の城山公園内
- **駐車場** 城山記念館が満車の場合は、「城山公園駅北駐車場」をご利用ください(その際は駐車券をお持ちください)。
- **参加費 1000円**
- **持参するもの** タオル・飲み物など
- **服装** ズボン等、動きやすい服装
- **主催** 日本有機農業研究会組織部・自給部
- **懇親会** 17時より予定しております。懇親会は実費お願いいたします。
- **申込先 (要申し込み)** 日本有機農業研究会自給部 関塚学

電話/ファクス 0283-87-0536 電子メール sekidukamanabu@yahoo.co.jp

※定員になり次第閉め切らせていただきますので、お早めにお申し込みください。懇親会の出欠もお願いいたします。