

身体にやさしい
歩き方教室

日時：10月14日（日）
午前10時15分～
正午まで

場所：図書館本館2階
視聴覚室

対象：制限なし
※乳幼児、幼児同伴可

身体の不調改善やスポーツの成
績向上に役立つ正しい歩き方及
び靴の履き方を学びます

申込：9月15日（土）～
丘の上の図書館
（電話か直接来館）
072-751-2508

定員：20人（先着順）

持ち物：靴
（運動靴等歩きやすい
もの）

参加無料



前半：歩き方の
講義、指導

後半：質問や
悩み相談

講師：気エネルギー整体 気らく庵院長 やまもと ひろふみ 山本 洋史氏

お問合せは 池田市立図書館本館（丘の上の図書館）まで 072-751-2508