

平成 21 年 12 月 24 日

# 天風会日曜行修会

主催：大阪賛助会 天風みどり会

(原則第二、四日曜日)平成22~23年日程表

月	日	月	日	月	日
平成22年			平成23年		
1	-	7	11	1	-
	24		25		23
2	14	8	-	2	13
	28		22		27
3	14	9	12	3	13
	28		19		27
4	11	10	17		
	25		24		
5	9	11	14		
	23		28		
6	13	12	12		
	27		-		

場 所 : 高津宮 富亭 大阪府中央区高津一丁目 TEL 06-6762-1122

地下鉄谷町線 谷町九丁目2番出口北西方向 徒歩5分

行修内容 : 戸外・・・ 朝礼、呼吸操練、統一式運動法、積極体操

ランニング、ストレッチ

屋内・・・ 安定打坐、一人マッサージ、誦句の講義

服 装 : 運動のできる服装

費 用 : 1回 500円

時 間 : 9:30~12:00

案内図 : 右 図

