

横隔膜を鍛える～腹式散歩

— FS ウォークの会 —

いつでもどこでも健康づくり
深い呼吸で朝から元気



会場：シリウス マルチスペース

日時：令和2年2月8日（土）

令和2年3月24日（火）

いずれも午前10時～12時

内容：腹式呼吸と腹式散歩の
説明と実技、発声練習

参加費：300円

講師：川崎隆央

FSウォークの会 代表
全国カラオケ指導協会 教授
京都大学医学部芝蘭会 会員
京都大学薬友会 会員

お問い合わせ先：川崎 TEL.090-9293-0264