

早朝 健康プログラム

心と体の健康増進！
頭の体操で頭脳回転！



講師：村山晶子先生
少林寺拳法国分寺スポーツ少年団支部代表

少林寺拳法

心スツキリ！
体スツキリ！

◆◆◆◆ 少林寺拳法は香川県発祥の武道です ◆◆◆◆

- ・一人で出来る少林寺の技(型)
- ・転ばない体作り
- ・老若男女は問いません



会場：高松国分寺ホール前エントランス

毎月一回日曜日に開催(春期・秋期)

7:30～8:30 ※雨天時はロビーにて開催

4/30

5/28

6/18

会場：高松国分寺ホール前エントランス

参加費無料。お気軽にご参加ください♪
※お申込不要。当日直接会場までお越しください。

主催：高松国分寺ホール指定管理者
(日本管財・JTBコミュニケーションデザイン共同事業体)

〒769-0104 高松市国分寺町新名430番地

お問い合わせ



087-875-0162

受付時間

9:00～17:00(月曜休館日)

ホールSNS
おまとめQR

