

# かんたん足もみ講座

7・8・9月 3か月コース(全6回)



台湾発祥の若石健康法を基本とした、毎日簡単にできる足もみの講座です。セルフケアの他、他の人へ行う方法も取り上げます。

- 講師 中村 利雅 (若石足もみ処中村屋)
- 日時 (月)7/2・7/9 8/6・8/20 9/3・9/10  
13:30~15:00
- 受講料 2,808 円(税込)月 2 回
- 教材費 500 円(反射区図表、足もみ棒、資料)初回のみ
- 持参品 ハンドクリーム、筆記用具、飲み物  
膝まで出せるような服装

※申込締切日 6月30日

お申込み・お問合せ

コープさっぽろ東光文化教室 ☎35-8538

旭川市豊岡1条5丁目コープさっぽろ東光店2F

受付時間(月~金)10:00~19:15(土)10:00~16:15(日)休業