

新設講座

自分でできる

# ハンドソロジー(ハンドマッサージ)講座

4・5・6月 3か月コース(全6回)



ツボや経絡を利用して  
健康維持を図るハンドマッ  
サージュの講座です。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 第1・3(月) 13:30~15:00
- 受講料 2,808円(税込)月2回
- 教材費 500円(ツボ・経絡図表・ツボ刺激ツール・資料)
- 持参品 ハンドクリーム、筆記用具、飲み物  
肘まで出せるような服装

※申込み締切日 3月31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