

「美しく立ち、美しく動く」ことが健康の基本

第6回

3Aと3Sで「上手なからだの使い方」を身につけましょう。

講師 渡會公治先生

渡會 美立道場

浅草 観音裏

美しく立つ

こんな方
お勧めです

- ▲美しい立ち方を学びたい方。
- ▲肩こりや腰痛でどんなふうにもからだを動かしてよいかわからない方。
- ▲ゴルフをしたいけど腰が痛くて思うようにゴルフができない方。
- ▲年をとってからだは良く動かないと思っっている方、
- ▲簡単にできるからだの体操を覚えたい方
- ▲介護をしている方、介護を受けている家族へ役立てたい方。

日時 ● 平成25年4月22日(月) 18時半から20時半

場所 ● 浅草見番(三業会館) 台東区浅草3-33-5/電話:03-3874-3131
<http://www.asakusa-kenban.jp>

広い会場ですので、当日途中からでもご参加ください。

連絡 ● 電話03-3876-1506 担当 ケイ薬局 宮原

対象 ● 浅草近辺にお住まいの方、美立に興味のある方

会費 ● 500円(お飲物、お菓子つき)

当日は体操ができる格好で
おいでください。女性の方は
スラックス等がお勧めです。



一般社団法人

美立健康協会

共催：ケイ薬局, NPO 法人 HAP

「美しく立ち、美しく動く」ことが健康の基本

3Aと3Sで「上手なからだの使い方」を身につけましょう。

第7回
第8回

講師 渡會公治先生

渡會 美立道場

草裏 浅観音

美しく立つ

こんな方
お勧めです

- ▲美しい立ち方を学びたい方。
- ▲肩こりや腰痛でどんなふうにもからだを動かしてよいかわからない方。
- ▲ゴルフをしたいけど腰が痛くて思うようにゴルフができない方。
- ▲年をとってからだは良く動かないと思っっている方、
- ▲簡単にできるからだの体操を覚えたい方
- ▲介護をしている方、介護を受けている家族へ役立てたい方。

日時●平成25年5月20日(月) 花の辻 18時半から20時半

日時●平成25年7月22日(月) 浅草三業会館 (浅草見番) 18時半から20時半

連絡●電話03-3876-1506 担当 ケイ薬局 宮原

対象●浅草近辺にお住まいの方、美立に興味のある方

会費●500円(お飲物、お菓子つき)

当日は体操ができる格好で
おいください。女性の方は
スラックス等がお勧めです。



一般社団法人

美立健康協会

共催：ケイ薬局, NPO 法人 HAP

浅草
口コモ

方々
お勧めです

「第9・10回」浅草観音裏

「美しく立ち、美しく動く」ことが健康の基本

3Aと3Sで「上手なからだの使い方」を身につけましょう。

講師 渡會公治先生



渡會美立道場

美しく立つ

- ▲美しい立ち方を学びたい方。
- ▲肩こりや腰痛でどんなふうにもからだを動かしてよいかわからない方。
- ▲ゴルフをしたいけど腰が痛くて思うようにゴルフができない方。
- ▲年をとってからだが良く動かないと思っっている方、
- ▲簡単にできるからだの体操を覚えたい方
- ▲介護をしている方、介護を受けている家族へ役立てたい方。

(浅草見番)

日時 ●平成25年 **11月22日(金)** 浅草三業会館 18:30~20:30

●平成25年 **12月16日(月)** ブルーウェーブイン浅草 18:30~20:30

連絡 ●電話03-3876-1506 担当 ケイ薬局 宮原

対象 ●浅草近辺にお住まいの方、美立に興味のある方

会費 ●500円(お飲物、お菓子つき)

当日は体操ができる格好で
おいください。女性の方は
スラックス等がお勧めです。



一般社団法人

美立健康協会

共催：ケイ薬局, NPO 法人 HAP

浅草
口コモ

こんな方
お勧めです

- ▲美しい立ち方を学びたい方。
- ▲肩こりや腰痛でどんなふうにもからだを動かしてよいかわからない方。
- ▲ゴルフをしたいけど腰が痛くて思うようにゴルフができない方。
- ▲年をとってからだが良く動かないと思っっている方、
- ▲簡単にできるからだの体操を覚えたい方
- ▲介護をしている方、介護を受けている家族へ役立てたい方。

「第10・11・12回」浅草観音裏

講師 渡會公治先生

美しく立つ

渡會美立道場

「美しく立ち、美しく動く」ことが健康の基本
3Aと3Sで「上手なからだの使い方」を身につけましょう。

日時 ●平成26年 1月27日(月) 浅草三業会館(見番)

平成26年 2月10日(月)、3月14日(金) ブルーウェーブイン浅草
(各18:30~20:30)

連絡 ●電話03-3876-1506 担当 ケイ薬局 宮原

対象 ●浅草近辺にお住まいの方、美立に興味のある方

会費 ●500円(お飲物、お菓子つき)

当日は体操ができる格好で
おいください。女性の方は
スラックス等がお勧めです。



一般社団法人

美立健康協会

共催：ケイ薬局, NPO 法人 HAP