

NO	講師	よだ ふみお
12		余田 佳男

経歴	伊丹市生まれ 大阪工業大学電子工学科卒 (旧) 山武ハネウエル入社 自動制御に従事
資格	健康生きがいつくりアドバイザー
活動歴	公民館等で講演活動
講演テーマ	気功で健康に
内容	1 呼吸法 2 操体法 3 気を実際に体感してみよう 4 基本運動 5 整理法 (気をおさめ、普通の状態に戻す)



市民マラソン参加記念