

自療養生法教學2023年11月份計劃表

11月份	日	一	二	三	四	五	六
日期				1	2	3	4
上午							
下午							
晚上							
日期	5	6	7	8	9	10	11
上午							
下午			自我保健 同樂會		自療養生 法教學		
晚上							
日期	12	13	14	15	16	17	18
上午							
下午			自我保健 同樂會				
晚上							
日期	19	20	21	22	23	24	25
上午							
下午			自我保健 同樂會				
晚上							
日期	26	27	28	29	30		
上午							
下午			自我保健 同樂會				
晚上							

拉筋拍打推廣活動三部曲：1.讀書會 2.教學課程 3.自療養生法教學

活動時間:(免費)

自療養生法教學： 下午：14:00~16:00



吳世楠老師主持

自我保健同樂會： 下午：14:00~18:00

健康促進 <http://www.hp124.com>

活動地點：台北市羅斯福路四段68號9樓之3 (捷運公館站1號出口樓上)

主辦：吳世楠老師 暨 健康促進股份有限公司 洽詢電話:(02)2365-2728

社團法人 中華民國自我保健協會

目標：幫助您活到天年，絕不病死；享受美好人生！