

古法易筋經
 洗髓養身功

遠摩易筋經

B班

課程時間：每週六 下午二時至四時

上課期程：一〇九年二月八日至三月二十一日

上課次數：6次（每次2小時）

課程費用：NTD 1,800

招生

楊建國（易墟） 中華民國國家級運動太極拳教練

古法易筋經共十二式，其練習此法可將弱筋、病筋易為強筋、壯筋，可使氣血通暢，增強免疫系統能力，練後身體神輕氣爽，身體充分保持健康。

