

キジポ～の好物
魚の左目



不思議整体 うるまカイロの

第24号
(28年夏号)

きじポ～新聞

ワクワク楽しい!ハピハピ過ごせる!!情報を発信!!

発行: 不思議整体うるまカイロ ホームページ: <http://hushigiseitai.com/>
電話: 080-1545-5637 メール: matsukou@urumachiro.com

9月25日(日曜日)は
キックボクシングの試合
のためにお休みします。



健康は、氣、血、神経の流れを良くすることが大事。また、生活をどう楽しむかがとても大事だと思ひ、きじポ～新聞を発信しています。



最近、家から自転車通勤しています。
ジョギングより太ももや臀部が鍛えられ
ます。ジョグより涼しい分、心拍に負担
をかけれるので重宝しています。
ただ、メンテナンスが大変。。。



まっごうのひとり言



こんにちわ～!ハピワク♪を模索中の松野です^^

さて、最近では日中熱いのでジョギングは控えめで休日に時間が作れるので釣りにでかけています。
なかなか、どうして!釣れません!台風来ないから水温上がって魚もダレてる?

近くで釣りをしている人を見ても釣れてないので単に場所が悪いだけ?。。。

それと、1年前に始めたキックボクシング!エクササイズで通うだけではやる気が起こらないので試合に出ることにしました!アマチュアの試合(スネの防具付)ですが、9月25日(日曜日)になります。
なので、その日はお休みしますのでご了承ください。

今、相手を探している段階なのでひょっとしたらボツになるかも。。。



松野

この日はアマチュアの試合が終わった後にプロのキックボクシングの試合や総合の試合もあります。(アマの試合は60分程度)
興味ある方はチケット用意できますので声かけてください。

チケット料金:(前売り) 当日は千円増し。

立ち見4000円 4列目以降:6000円 2,3列目:1万円

詳しく知りたい方は、ネットで「格闘技 天下一 沖縄」で検索。

時間:3時半開始 ~ 20時頃?まで