

初めての方も歓迎♪

もくせい会館共催事業

☆ 気功体操教室 ☆

～楽しく気持ちいい運動と呼吸法を体験～

- ・ 気功にちょこっとでも興味のある方
- ・ 運動不足を感じられる方
- ・ 姿勢やカラダの歪みが気になる方
- ・ 健康法を学びたい方
- ・ 肩こり、腰痛、不眠、太りすぎ等が気になり、
体調を整えたい方・・・・・・・・

* 「気功」は、「気」の力によって、ココロとカラダの調和を
はかっていくものです。

まずは、ユツタリ&ユツクリとカラダを動かしてみましょう！



★ 日時

◎ 1回のみでも可！

H26年

1月11日(土)

2月 1日(土)

3月 1日(土)

午前10時～12時

(受付は午前9:30～10:00)

★ 場所

もくせい会館 和室 浜名

静岡県静岡市葵区鷹匠3-6-1

054-245-1595

JR 静岡駅から徒歩15分

静岡鉄道日吉町駅から徒歩5分

★ 服装・持ち物

◎ 簡単な運動ができ、裸足になれる服装で！

◎ 必要な方は、汗拭きタオル、飲み水

★ 受講料 (1回)

◎ 一般 1000円(税込)

★ 講師：壹全 (いちぜん)

◎ 住所：静岡市葵区伝馬町 10-17-102

「整体院 壹全」

◎ 電話：054-205-6262

◎ E-mail：ichizen@adagio.ocn.ne.jp

★ 定員：30名

予約制・先着順

★内容

◎ 第一部 10:00～11:00 気功体操の実技

1, 2, 3の呼吸法、スワイショウ、仁天心訣功法

◎ 第二部 11:00～12:00 お楽しみ！気功に関する講義及び体験

カラダの使い方、呼吸法の極意、健康へとつながるユル～イお話や、日頃聞きにくい質問なども、この際どしどし聞いちゃいましょう！

★講師プロフィール

◎ 実績

- H20年度、H21年度県庁および各地区衛生委員会健康講座「気功講座～帯功(たいこう)＝気をあびるを体験してみませんか！～」講師
- H20年度、県立こども病院 気功練成会講師
- 県主催 ニートの為の社会復帰訓練指導講師
- 元 SBS 学苑講師
(風水、気功、介護法など)
- 元 朝日テレビカルチャー講師
(気功ダイエット、チベット体操など)
- 各種団体や教育機関への出張講座
(大学、法人など)

◎ 資格

- 東日本療術師協会正会員
(自然療法で有名な帯津良一先生が代表を務めている団体です)
- 元極功法伝授員
(パワースポット「分杭峠」を紹介した張志祥先生流派の最高ランクの指導員です)
- 西野流呼吸法元指導員
(西野皓三先生の団体で、女優の由美かおるさんが広報し有名に！)
- 台湾黄家気功法指導員
(活元気功法の祖師、台湾の黄念堂先生直伝)

★お問い合わせ・お申し込み

●お問い合わせ 電話 : 054-205-6262

(壹全)

●お申し込み E-mail : ichizen@adagio.ocn.ne.jp

(")

★お申し込み方法

*受信後に受講確認の返信メールを送信します

E-mailに以下の内容をご記入の上、お申し込みください。

先着順にて前日まで受付します。

尚、いただいた個人情報は、教室運営目的以外には使用しません。

- ① 「気功体操教室」申し込み
- ② 〒 住所
- ③ 名前(ふりがな)
- ④ 返信先アドレス
- ⑤ 緊急連絡先(個人の携帯番号など)

