

やさしい気功 ココロとカラダの健康法

ゆるやかな動きの中で呼吸を整え、
心を静め、穏やかに全身の気血の
流れを整え、自律神経の調整をし
ていきます。

立式・坐式・臥式・足穴マッサージ
など様々な技法を学ぶことができ、
中高年に人気のある教室です。

●講師 **大橋 孝子** 先生
(一般社団法人 峨眉養生文化研究院)

●定員 **20名**

●受講料 **6,000円**

今回から、受講料の価格改定をさせていただきます。

★申込後、空きのある場合は、定員になるまで窓口、または教室ガイドにて受付けます。

●申込日 **令和7年2月24日(月)**

13:00～13:15

※13:00～13:15に整理券を配布、
13:15から説明開始

※お電話での予約・申込はできません。
※抽選になった場合は、当日会場にいらした方が優先になります。
※当日会場に来られない方は往復はがき、
またはHP教室ガイドから仮申し込みができます。
(2/23必着)

開催日 全10回(月曜日 13:30～15:00)

① 4月 14日	② 4月 28日	③ 5月 12日	④ 5月 26日	⑤ 6月 9日
⑥ 6月 23日	⑦ 6月 30日	⑧ 7月 14日	⑨ 7月 28日	⑩ 8月 25日

一宮スポーツ文化センター
☎ 0586-24-1881

公式HP



公式LINE



Instagram

