



気功教室

「氣練りの会」



気功を練習することを、氣を練ると言います。

氣とは? 気功とは?

よく聞くし、日本語にもよく使われている

「氣」とは一体何なのか?

そんなお話しもしながら、

元の氣(元氣)を取り戻し、

イキイキ楽しく生きるための方法を

身に着けませんか?

お子様からご高齢の方まで、無理なく楽しめて、

効果を実感しやすい気功を厳選して、

お伝えしています。

激しい動きはなく、立っているのが難しい方は、

座っていても大丈夫!

お気軽にご参加下さい。

日時 2月28日(金) 10:00~11:00

参加費 500円

場所 あすパーク

神戸市灘区中郷町5丁目1 大和公園内

TEL: 078-200-5293(あすパーク)



ご予約は

コチラ

coirokotonoha595@gmail.com



←インスタDMへ

講師: ながいよーこ

coiro

