

無料

ご自身を感じて、ご自分に向けて気功を始めてみませんか？

体が弱い方は強くなり、病気がある方は回復し、
年配の方は若返ります。

元気を養う気功

気功ストレッチと元気を養う気功を
体験してみましょう。

この季節に注意すべき養生法もお話します。

日 時：令和7年4月5日（土）14:00～16:00
13:40 開場

会 場：麻生市民交流館やまゆり

定 員：20名（先着順）

講 師：松本 恵

無極自然門気功師・国際気功師
国立北京中医薬大学医学気功整体師
やまゆりで気功教室を開催

道家気功崑山派十八代目伝人 宋海君老師から伝授された
技能で健康支援を行っています。



服装・持ち物 動き易い服装、室内履きまたは厚手の靴下
水分補給の飲物と筆記具

注 意 事 項 食事は1時間前までに
*録音録画は禁止

申込み方法 裏面の申込用紙に氏名・連絡先を記入して、ご来館、またはFAXにて。

申込受付開始 令和7年3月1日（土）9:30 から

申込先・問合せ 麻生市民交流館やまゆり
tel:044-951-6321 fax:044-951-6467

主催 認定NPO法人 あさお市民活動サポートセンター