

毎月 第二土曜日/第四金曜日 開催

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？

よく聞かし、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。

11月8日(土)・11月28日(金)

両日共 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

coirottonoha595@gmail.com



@COIROKOTONOA

←インスタDMへ

講師：ながいよーこ

coiro

