

【初めての方でも参加できます】

『氣の呼吸法』入門セミナー

全4回コースのご案内



幻冬舎文庫『氣の呼吸法』（藤平光一著）をテキストとして、氣の呼吸法の目的・価値・方法等を、具体的な実践・体験を通してお伝えするセミナーです。書籍を読むだけでは理解しにくい感覚も、セミナーを受講することで、体感によって習得していただけます。

氣の呼吸法は、免疫機能や血行、睡眠の改善、心身のリラックス、ストレスコントロールなどの効果も見込まれる、心身統一の秘法です。習得して日常の習慣とし、生活の質の向上にお役立てください。

開催日程	時間	第一回	第二回	第三回	第四回
金曜午前コース (毎週)	AM10:00 ～12:00	10/27 (金)	11/10 (金)	11/17 (金)	11/24 (金)
木曜午後コース (隔週)	PM2:00 ～4:00	11/2 (木)	11/16 (木)	11/30 (木)	12/14 (木)

※ご都合に応じて、コース間の振替でもご参加いただけます。

※参加にあたり、ご入会は不要です。また初めての方にもわかるよう、基礎からお伝えします。

講習内容 裏面の講習内容を御覧ください
会場 心身統一合氣道会 光心館道場 (別紙案内図あり)
定員 20名 (最少開催人数：5名)
講師 山本品一 師範 近藤裕一郎 指導員
講習会費 全4回 12,960円 (税込)

※1回 4,320円 (税込) でも御参加頂けます。

テキスト代 『氣の呼吸法』(藤平光一) ¥494 (税込) (お持ちでない方)
服装 トレーニングウェア他 (動き易い服装であれば可)、靴下、筆記用具、タオル

申込方法 申込書に必要事項をご記入になり、光心館道場宛にお持ちになるか、郵送またはFAX、メールにてお申込みください。

費用につきましては光心館道場事務局窓口で直接お支払頂くか銀行振込にてお願いいたします。参加費をお支払いいただいた時点で、お申込み完了とさせていただきます。

申込締切 初回参加日 1週間前の18時までにお手続きください。

振込先 三井住友銀行 天六支店(銀行コード：0009 店番号：130) 普通口座 6825816
口座名義 キ マネジメント(カ KI MANAGEMENT 株式会社)

※振込手数料についてはご負担くださいますようお願い申し上げます。

※KI MANAGEMENT 株式会社は一般社団法人 心身統一合氣道会が費用収納等を業務委託している会社です。

お申し込み・お問い合わせは

一般社団法人 心身統一合氣道会光心館道場まで

TEL 06-6292-0300 FAX 06-6292-0301

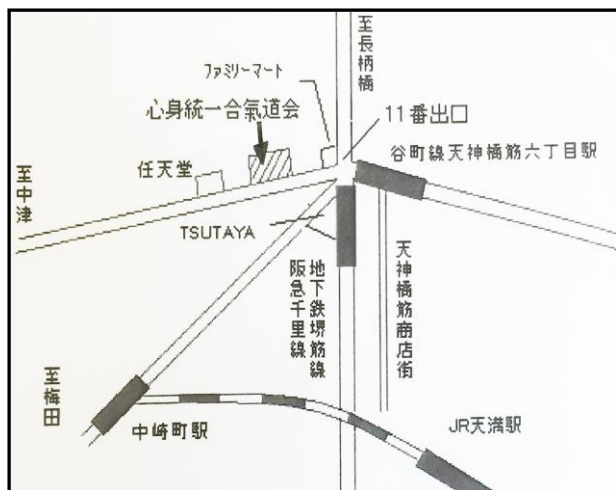
メールアドレス koshinkan@shinshintoituaikido.org

心身統一合氣道会

【講習内容】

第1回	<金曜日コース> 10/27 (金) 10時～12時 <木曜日コース> 11/2 (木) 14時～16時
<ul style="list-style-type: none">○ 心が身体を動かす○ 正しい姿勢 立ち姿 正座○ 臍下の一点○ 氣の呼吸法の意義、目的○ 氣の呼吸法 (吐き方)	
第2回	<金曜日コース> 11/10 (金) 10時～12時 <木曜日コース> 11/16 (木) 14時～16時
<ul style="list-style-type: none">○ 第1回の復習○ 正しい姿勢 あぐら 椅子○ 氣を出す○ 氣の呼吸法 (吸い方)○ 觀念の移行法	
第3回	<金曜日コース> 11/17 (金) 10時～12時 <木曜日コース> 11/30 (木) 14時～16時
<ul style="list-style-type: none">○ 第1回、第2回の復習○ リラックス○ 自己氣圧 (眼の氣圧、頭の氣圧)○ 氣の呼吸法の五原則○ 氣の呼吸法 実践	
第4回	<金曜日コース> 11/24 (金) 10時～12時 <木曜日コース> 12/14 (木) 14時～16時
<ul style="list-style-type: none">○ 第1～3回の復習○ 落ち着き○ 自己氣圧 (肩の氣圧、お腹の氣圧)○ 氣の呼吸法 実践	

<会場案内図>



一般社団法人 心身統一合気道会 光心館道場

大阪市北区本庄東 1-13-5

TEL : 06-6292-0300 FAX : 06-6292-0301

メールアドレス koshinkan@shinshintoituaikido.org

大阪市営地下鉄 谷町線・堺筋線

阪急電鉄千里線

天神橋筋六丁目駅 徒歩 2分

JR環状線 天満駅 徒歩 7分

■注意事項

- 1) 申込書と費用をお納めいただきて申込完了となります(申込締切:参加日の1週間前の18時)。
講習当日のお申し込み、ご入金は受付しかねます。
- 2) 申込完了後のキャンセルについては、講習会費の返金は一切致しません。また、他の講習会等に充当することもできません、ご注意ください。
ただし申込締切時点で、最少開催人数に到達しない場合は、返金いたします。その場合は、初回講習日の3日前までに、返金方法と合わせてご連絡いたします。
- 3) 疾病をお持ちの方、現在通院なさっている方などは、事前に主治医に本講習に参加されることをご相談の上、ご了解をお取りいただくようお願いいたします。
- 4) 講習の録音・撮影はご遠慮ください。当会の許可なく、講習の内容を無断で文書、テキスト等、あらゆる形のコンテンツに複製、転載、改変、編集、翻訳、送信すること、またHP、ブログ、チラシ等に不特定多数を対象として掲載されることを禁じます。

氣の呼吸法入門セミナー申込書

心身統一合気道会 光心館道場

FAX : 06-6292-0301

お名前	
ご住所	
ご所属	<input type="checkbox"/> にチェックをお願い致します <input type="checkbox"/> 一般(非会員) <input type="checkbox"/> 会員 (会員の方 _____ 道場・教室)
参加講習日	<input type="checkbox"/> にチェックをお願い致します (最大4回分) 金曜日 午前コース <input type="checkbox"/> 10/27 ① <input type="checkbox"/> 11/10 ② <input type="checkbox"/> 11/17 ③ <input type="checkbox"/> 11/24 ④ 木曜日 午後コース <input type="checkbox"/> 11/2 ① <input type="checkbox"/> 11/16 ② <input type="checkbox"/> 11/30 ③ <input type="checkbox"/> 12/14 ④
ご連絡先	TEL _____ FAX _____
	E-mail _____

心身統一合気道会