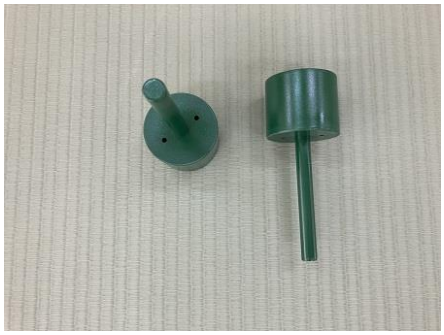
氣の呼吸法・息心の行　講習 のご案内

氣の呼吸法・息心の行講習を下記の日程にて開催いたします。古来、息を磨くことは心を磨くこととされてきました。大事な場面でいつでも実力を発揮するための最適な訓練法でもあり、リラックスを深め身体の隅々まで酸素を行き渡らせる**「氣の呼吸法」**とその応用である**「息心の行」**も体験して頂きます。
基礎からしっかりお伝えいたします。「行」の時間も、随時休憩をはさみながら、無理のないように行いますので、**初心者の方でも問題なくご参加いただけます**。皆様のご参加をお待ち申し上げております。



記

日　時：２０２４年　３月　２０日（水・祝）

9:４５	集合
１０:００～１０:４５	氣の呼吸法　講習・実践
１０:４５～１１:３０	息心の行　講習（説明　鈴の振り方など） 息心の行　実践（随時休憩あり）
１１:３０～１３:００	息心の行　実践（随時休憩あり）

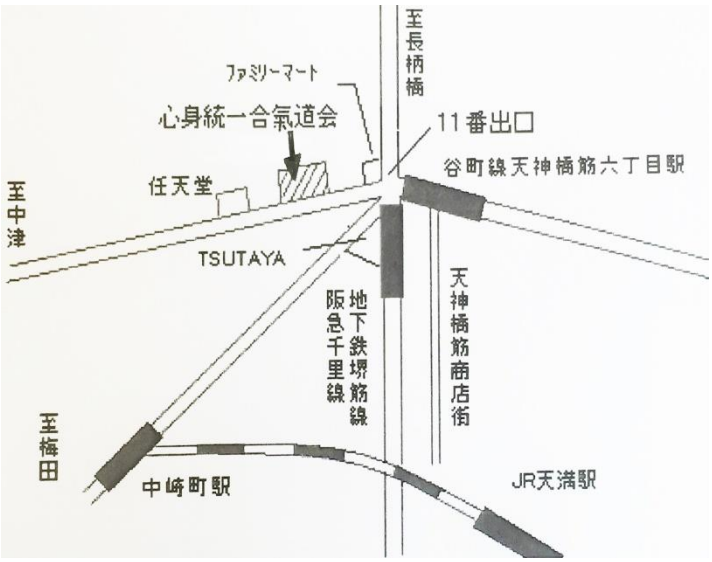
場　　所：心身統一合氣道会　光心館道場　（裏面の案内図参照）

講　　師：竹内　陽　師範

参 加 費　会　員：4,９５０円　指導資格者：３,３００円　（表示は消費税込）
※支払い方法は裏面参照
定　　員　２０名
持 ち 物：トレーニングウェア、ジャージ等動きやすい服装、汗をかきますので
着替えのシャツ、タオル、ノート、筆記用具、その他各自必要な物
※マスク着用を望む方のご参加はご遠慮ください。
申込方法：郵送、メールまたはＦＡＸにて、裏面の申込用紙にてお申込みください。
申込締切：３月 13 日（水）18 時までにお手続き下さい。

申し込み・お問い合わせ先

心身統一合氣道会　光心館道場
〒５３１－００７４　大阪市北区本庄東１－１３－５
ＴＥＬ　０６－６２９２－０３００　　ＦＡＸ　０６－６２９２－０３０１
Ｅ-mail　koshinkan@shinshintoitsuaikido.org



心身統一合氣道会　光心館道場

大阪市北区本庄東 1-13-５

TEL：06-6292-0300

FAX：06-6292-0301

ﾒｰﾙｱﾄﾞﾚｽ：koshinkan@shinshintoitsuaikido.org

ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ：http://shinshintoitsuaikido.org/

※参加費のお支払いは、光心館道場窓口、または下記振込先へお願いいたします。

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

※振り込み手数料についてはご負担下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。

【注意事項】　　必ずお読みいただき、同意された上でお申し込みください。

●申込書と費用をお納めいただいて申込完了となります（申込締切：3 月 13 日 18 時）。講習当日のお申し込み、ご入金は受付しかねます。

●申込完了後のキャンセルにつきましては、返金はいたしかねます。また、キャンセルされた講習会費を、他の講習会に充当することはできませんのでご了承ください。

●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します。

●講習の録音・撮影はご遠慮お願いします。また、講習の内容を心身統一合氣道会の許可なく無断で文書・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、またはＨＰ・ブログ・チラシ等の不特定多数を対象として掲載することを禁じます。

３/２０(水・祝)　氣の呼吸法・息心の行講習　申込用紙

光心館道場　FAX　06-6292-0301

ご所属	道場 教室
お名前	□会　員 □指導資格者
連絡先	TEL Mail