

穴川コミュニティセンター主催

気功入門

～心と体を癒すリラックス気功～
「気」を体感してみませんか？

- ◆ 香功（シャンゴン）という誰でも簡単に出来る功法を中心におこないます。
- ◆ 「吸う・吐く」呼吸に意識をむけてリラックスしましょう。

日時

10月14日・28日

11月11日・25日

12月9日・23日

1月13日・27日

2月10日・24日

3月10日・24日

（※全12回 全て水曜）

13：30～16：00



場所

穴川コミュニティセンター 3階和室

- 講師：今泉 志津子（ひかり気功サークル講師）
- 応募対象：成人
- 応募定員：10人（1回毎）
- 参加費用：500円（1回毎） ※12回分申込で6,000円

お申込・お問合せ：穴川コミュニティセンター ☎ 043-284-6155
千葉県稲毛区穴川 4-12-3（稲毛区役所となり）

気功入門 参加申込書

フリガナ 氏名	住所	電話

お申込希望日に○をつけてください

1回500円

開催日	参加希望	支払	備考
10/14			
10/28			
11/11			
11/25			
12/9			
12/23			
1/13			
1/27			
2/10			
2/24			
3/10			
3/24			
合計	回	円	

【開催日】 2020年 10/14・10/28・11/11・11/25
 ・12/9・12/23
 2021年 1/13・1/27・2/10・2/24
 ・3/10・3/24

(全12回) 1回ずつの申込みもOKです

【時間】 13:30~16:00

【会場】 3階 和室

【持ち物】 飲み物・動きやすい服装

【申込み・問合せ】 穴川コミュニティセンター

〒263-0024 千葉県稲毛区穴川 4-12-3

電話 043-284-6155 FAX 043-284-6156

【申込後の取消について】

開催日前日までに窓口でお手続きをした場合、全額返金いたします。