



受講生
募集

やさしい気功

呼吸法によって、全身をリラックスさせるとともに、心の波をしずめて、自らの気(生命エネルギー)を蓄え、自分の力で心身を健康にすることができると言われていた気功。

益気功、導引養生功を取り入れ、より深く気功の世界にふれます。

◆期間

2026年4月1日(水)
～2026年9月16日(水)

*途中入会も可能です

*定員になり次第、募集を締め切らせていただきます

◆日時

毎月第1・3水曜日 10:15～11:45
※5月は第2・3水曜日

◆受講料

18,000円(全12回分/1回あたり1,500円)

○受講者の都合による欠席・退会の場合、原則として

払い戻しはいたしませんのでご注意ください

◆会場

SAWARAPIA 福岡県立ももち文化センター
4階 和室

◆持ってくるもの

運動できる服装、タオル、飲み物

◆講師

MFC 保健気功インストラクター
一木 邦香

◆講座日程表

4月	1日(水)	15日(水)
5月	※13日(水)	20日(水)
6月	3日(水)	17日(水)
7月	1日(水)	15日(水)
8月	5日(水)	19日(水)
9月	2日(水)	16日(水)

講師の都合等により変更になる場合があります。

発熱や風邪症状のある時、体調がすぐれない時は来館をお控えください。

【お問合せ・お申込み】

SAWARAPIA 福岡県立ももち文化センター TEL 092-851-4511

福岡市早良区百道2丁目3-15