

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 10 月 7 日(水)
～2027 年 3 月 17 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

◆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

◆講座日程表

10 月	7 日(水)	21 日(水)
11 月	4 日(水)	18 日(水)
12 月	2 日(水)	16 日(水)
1 月	6 日(水)	20 日(水)
2 月	3 日(水)	17 日(水)
3 月	3 日(水)	17 日(水)

講師の都合等により変更になる場合があります。

◆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

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