

ちょうよう きこう

重陽気功サークル参加者募集

公民館の体験教室から生まれたサークルです

重陽気功はどういんとこう導引吐納功といわれ、中国せいあんし西安市のワンチョンヨン王重陽師(1112~1170)により体系づけられ、九百年以上の歴史を持つ健康法です。

二和公民館で重陽気功の体験教室を開催いたしました。引き続き体を動かしたい方や興味はあるけど体験機会のなかった方などに向けて、この1月から、船橋重陽気功協会と二和公民館でサークルを育成しています。サークルでは気功を基本とした健康体操「3Q体操」も行っています。ぜひ、お仲間としてご参加ください。お待ちしております。

日 時 原則として 毎月 第2・4水曜日 午後1時～2時30分

会 場 二和公民館 3階 第3集会室(別部屋となることもあります)

対 象 成人の方ならどなたでも

講 師 船橋重陽気功協会 会員

会 費 月1,500円

持 ち 物 動きやすい服装、汗拭きタオル、水分補給の水筒

申 込 み 二和公民館窓口に電話またはご来館にてお申込みください。

問 合 わ せ 船橋市二和公民館 (北図書館・二和出張所併設)

電話 047-447-3200 午前9時～午後5時まで

まずは
見学からどうぞ