

第2回 養生実技セミナー 講師 平野耕吉

丹田呼吸法・太極拳

～～上虚下実で体を緩めゆつくり吐いてゆつくり動く～～

2022年11月26日(土)

14:00～16:00 13:30 開場

場所 川口中央ふれあい館
(川口駅東口より徒歩7分)

F2講座室 3・4号室

住所 川口市本町 4-5-26 電話 048-222-2798

近年コロナ感染症などの影響から、体の芯から呼吸する機会が少なくなっていました。[帯津良一場の養生塾 in ゆふいん] 主宰の平野講師は20年余、由布岳の麓湯布院で大自然と深くつながりながら、丹田呼吸法や太極拳を実践・指導されて来ました。

丹田呼吸法は江戸時代の白隠禅師の呼吸法が源流となっている呼吸法で、帯津気功「時空」にも取り入れられています。この機会にぜひ丹田呼吸法の真髓と実践法を学び免疫力をアップして冬に備えましょう！

平野耕吉

ひらのこうさち

NPO 法人帯津良一場の養生塾 in ゆふいん 主宰

調和道丹田呼吸法師範

楊名時太極拳師範

NPO 法人帯津良一場の養生塾理事



練功：池袋気功 丹田呼吸法 太極拳
(池袋・川越養生塾合同練功会)

参加費：一般 1,500円 (会員は1,000円)

※当日会場で集金致します。


定員：25名 (定員になり次第締め切ります。)

申込先：NPO 法人帯津良一場の養生塾事務局

Mail; youjyoinfo@gmail.com

FAX 049-235-6164

Web; info@ba-youjyo.com

主催  NPO 法人帯津良一場の養生塾

OBITSU
場の養生塾

※換気 間隔などに留意して実施しますが、マスク着用・検温などの体調管理にご協力お願い致します。