

7000年の歴史を持つ道家氣功から学ぶセルフケア

女性だけの道家氣功

開催日時

5.25 (土)

10:00～12:00

場所:i-linkいちかわ

参加費500円

先着15名

体験会

一般社団法人タオ・ユニティジャパン公認講師 鬼沢先生をお招きして、7000年の歴史をもつ道家氣功を体験していただきます。体力のない方、身体を動かせない方でも実践でき、心身の調和をはかれるのが魅力です。この機会に是非秘伝をお持ち帰りください。通常1万円の講座を500円で体験できる90分の特別体験会です。

講師

鬼沢有紀子 (おにさわ ゆきこ)

ホクレイヒーリングサロン代表

*一般社団法人

タオ・ユニティジャパン公認講師

*筑波山のセラピスト

*朝活オンラインサロン運営



結婚を機に茨城県の筑波山で家業のレストランと旅館業に従事。現在は筑波山と東京の二拠点で古代ハワイアン伝承療法のロミロミの施術やカードリーディングセッション、氣功やセルフケアのオンラインサロンを開催中。

「疲れた人の心を癒してリセットへと導く」ために、自然からのエネルギーをしっかりと取り入れて循環させ、ココロとカラダを整えるためのコツをお伝えしています。筑波山、宮古島、伊勢志摩、富士山など各地でのトリートも主催。

最幸で極上な日常を過ごすことを目指しています。

プログラム

「道家氣功」を日々実践し、氣のパワーを取り入れることで、健康長寿を実現し、自らの能力を発揮できる道家の秘伝を体験していただきます。

10:15 開始

【パート1】

氣功とは？/歴史、流れなど

【パート2】

からだをほぐしてみましょう
タオ体操 (ラジオ体操の原型)

【パート3】実践

唾液を活用:神水功法

内臓から邪氣を出す:六字訣

セルフメンテナンスのための氣功マッサージ

11:50 アンケート

・アンケート終了後解散(12:00)

持ち物

- ・筆記用具
- ・汗せ拭きタオル
- ・お飲み物

お申込み
お問合せ

【主催】ボランティア「どんぐりの会」

E-mail: volunteeracorn@gmail.com

お申込みは
QRコードから

