

# 誓願寺新京極文化セミナー

会場；誓願寺本堂

お問い合わせ 電話：075 221 0958

【京都市中京区新京極通三条下る桜之町 453（ろっくんプラザ前）】

■ 受講料 1回 500円（資料代含む）

月に一度のお参り金曜講座（ヨーガと気功）

月に一度は仏様にお参りし、からだところのケアをしませんか？



お釈迦さまの御教えと  
マインドフルネス・ヨーガ

- ①平成25年5月24日(金)
- ②平成25年7月26日(金)
- ③平成25年10月4日(金)
- ④平成26年2月7日(金)

かんたん気功と仏教瞑想

- ①平成25年6月28日(金)
- ②平成25年9月13日(金)
- ③平成25年11月1日(金)
- ④平成25年12月6日(金)

☆全日程とも午後6時15分～8時まで（受付は午後5時45分～・当日受付可）

○講師（ヨーガ）伊藤華野 <http://www.itokano.com/>

○講師（気功）大野雄亮

実技講座ですので、動きやすいゆるやかな服装でお越し下さい。  
空腹気味の方が気持ちよく実践できるため、食事時間をご配慮下さい。

受講申込票

【お申し込み FAX：075-221-2019】

\*ご参加のセミナー希望日にチェックを入れて下さい。

- |      |                              |                              |                              |                              |
|------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|------------------------------|
| ★ヨーガ | <input type="checkbox"/> 第1回 | <input type="checkbox"/> 第2回 | <input type="checkbox"/> 第3回 | <input type="checkbox"/> 第4回 |
| ☆気功  | <input type="checkbox"/> 第1回 | <input type="checkbox"/> 第2回 | <input type="checkbox"/> 第3回 | <input type="checkbox"/> 第4回 |

お名前

ご連絡先電話

※皆様の個人情報はセミナーの運営以外には使用しません