

心と体を元気にする！

いつもニコニコ、笑顔でいるために



やさしく

気功と太極拳で健康づくり



楽しく

一緒に

サークルメンバー募集！

ニコニコ太一気功の活動は
おかげさまで11年目を迎えました



固い体を柔らかくし、すっきり健康ボディになる



足腰を強化し、老化を防ぎ、若々しくなる



“脱力”を学び、体と心の緊張を解きほぐす



血流をよくし、体の不調や病気を遠ざける



深い呼吸を身につけ、血圧や自律神経を整える



運動習慣を身につけ、日々を明るく、健康に過す ……

初心者歓迎！

(活動の具体的な特色と内容は裏面をご覧ください)

***無料体験できます！**

このチラシをご持参ください。各コースにつき一人1回まで。
また、いつかお役に立つかもしれませんので、保存をお勧めします

無料体験クーポン

 やわらか気功

有効期間：2019年3月まで

無料体験クーポン

 元気気功

有効期間：2019年3月まで

無料体験クーポン

 気功太極拳

有効期間：2019年3月まで