

経営者、ビジネスマンのための

** 朝活@渋谷 **

(*)ここでいう朝活とは、朝から活法(人を“活かす”方法)の略

初心者の方、大歓迎！！
運動不足の方
異業種の交流を深めたい方

JR 渋谷駅 東口から徒歩 5 分
豊栄稲荷神社横の道場にて毎週金曜開催

【住所】東京都渋谷区渋谷3-4-7

【時間】AM7:00 ~ 8:30 【体験料】1,500 円

※【受講料】¥8,500/5 回 ビジター ¥ 2,000/1 回

「朝活後は、なぜか笑顔が自然にでて、自分の機嫌がいいのがわかる」

「早朝から動いているのに、一日かえって楽にすごせた」

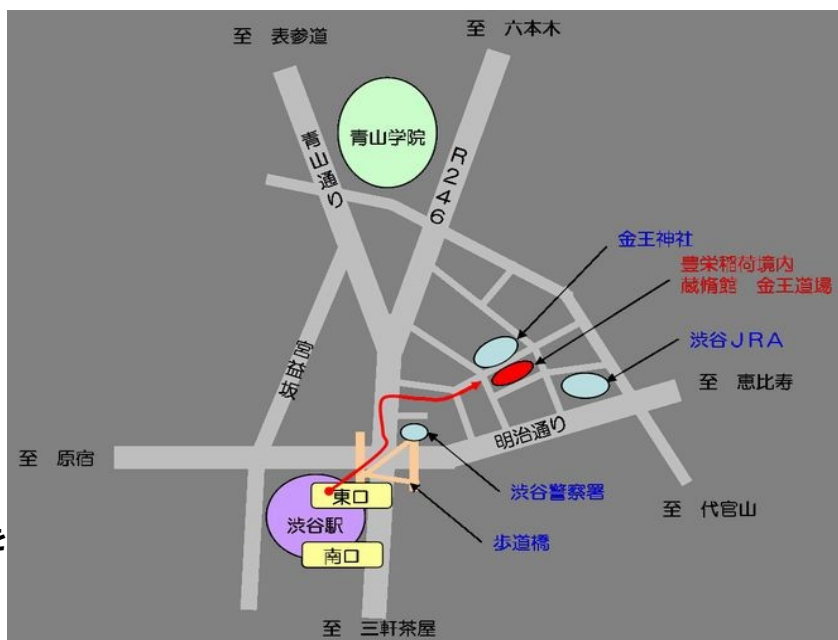
本格的な太極拳をベースとした運動で、パフォーマンスアップを実現します。



ゆっくり、しかししっかりと体を動かす楽しさをぜひ味わってください。

渋谷周辺でお仕事をしている経営者・ビジネスマンの方々、ぜひご参加ください。

■ 会場地図 ■



太極拳って何？

- ◆ 健康法としても高い評価あり!!
- ◆ 心と体を芯から癒す効果あり!!
- ◆ 血流を良くし、臓器の機能を高め、体内バランスを理想的な状態に!!
- ◆ 肩こり・腰痛・ストレス解消・集中力 up!!
- ◆ ゆったりとした動きでリラックス効果あり!!
- ◆ エネルギーの新陳代謝の効果あり!!

講師：坂本春之の紹介

全日本柔拳連盟本部指導員／同横浜支部長

太極拳歴 30 年。

幼少時代、体が弱かったことが理由で太極拳を始める。正宗太極拳、古式楊家太極拳、形意八卦掌、大東流合気柔術を修得する。

☆ このチラシをお持ちの方限定！ 500 円割引チケット☆

体験予約のお申し込みはこちらまでご連絡ください

講師：坂本春之 info@pijinc.jp 090-8814-6525

件名：朝活@渋谷参加希望にて、お名前とご連絡先を添えてお申し込みください

※動きやすい服装と上履き(床にキズがつかないタイプのもの)をご用意ください