

合気道

5/20 (水) 無料体験会開催
16:00～と18:00～
(各回6名まで)

上州富岡教室スタート!



生徒大募集! 初心者大歓迎!! プロの女性指導者で安心♪



合気道と護身術、氣の出し方と日常生活に活かす方法。
心と身体のメンテナンス。
八わら会の合気道は姿勢と身体の使い方が大事。
明るく優しい、子育て経験有り、指導歴32年、
指導者や有段者を何人も輩出しているベテランの先生です。
労災事故の後遺症による激痛と闘いながら見つけたコツは、
子供も女性もシニアの方でも今すぐ強くなれる最高の方法。
少人数制でていねいに教えてもらえるので、無理なくできます。
興味はあったけれど今まで機会がなかった方や、
自分には無理とあきらめていた方、
ぜひ一緒に楽しく稽古しましょう。

稽古日: 毎週 (水) 16:00~19:00
(このうち2時間)

場 所: 上州富岡マインドフルネスヨガスタジオ
あり (上州富岡駅 徒歩7分)

月会費: 6,000円 / 子供
8,000円 / 大人

合気道 八わら会 代表 北村 亜矢子
aikido.yawarakai@gmail.com

強く優しくやわらかく

