

# 第 28 回

## 気功太極拳と薬膳料理を楽しむ会



レンゲショウマ

主催 佐藤体育研究所

山楽荘

協賛 NPO 法人 日本健康太極拳協会

気功太極拳と薬膳料理で心とからだの健康づくり！  
あなたもリフレッシュしてみませんか？

### 気功太極拳ってなあーに

中国四千年の歴史の中で育まれた太極拳。  
さらに“心・息・動”の調和で、柔らかく、  
静かに、心をこめて、ゆっくりとした呼吸  
とともに動く楊名時太極拳です。

### 薬膳料理ってなあーに

みなさんが野外に出れば手に入れること  
ができる薬草、薬木と言われるからだの  
“ためになるもの”をこの土地の調理方  
法をもってお召し上っていただきます。

毎回好評の『気功太極拳と薬膳料理を楽しむ会』を秋の御岳山で！ 太極拳の経験者も  
未経験者も、老若男女どなたでも楽しめます。お誘い合わせのうえご参加下さい。

### 記

- ◎ 期 日 平成25年10月26日（土）～27日（日）
- ◎ 場 所 青梅市御岳山 山楽荘 〒198-0175  
(住所) 青梅市御岳山108 (TEL・FAX) 0428-78-8439
- ◎ 集 合 10月26日（土）御岳ケーブル山頂11：30昼食（山楽荘直行は12：45）
- ◎ 解 散 10月27日（日）山楽荘にて手打ちそばを食べて13：30解散
- ◎ 参加費 12,000円（宿泊費・保険・その他）
- ◎ 講 師 佐藤体育研究所主宰・楊名時太極拳師範 佐藤佳代子  
楊名時太極拳師範他
- ◎ 定 員 40名
- ◎ 申込先 下記申し込み用紙にご記入のうえ、FAXにて佐藤まで042-551-6321  
または直接山楽荘へ0428-78-8439（参加費は当日頂きます）



..... キリトリ .....

申込み書用紙

2013年 月 日

フリガナ		生年月日	男 ・ 女
氏名		年 月 日	合宿時年齢（ 歳）
住所		TEL	
		携 帯	
太極拳の経験	有（ 年位） ・ 無	メール アドレス	

※お問い合わせ・申し込み先・・佐藤体育研究所 ☎・FAX 042-551-6321  
山楽荘 ☎・FAX 0428-78-8439