

公益財団法人 天風会主催・天風会認定鎌倉の会後援

2019年度 鎌倉春期修練会のご案内

富士を仰ぐ 湘南の海、江ノ島で生命の充実！



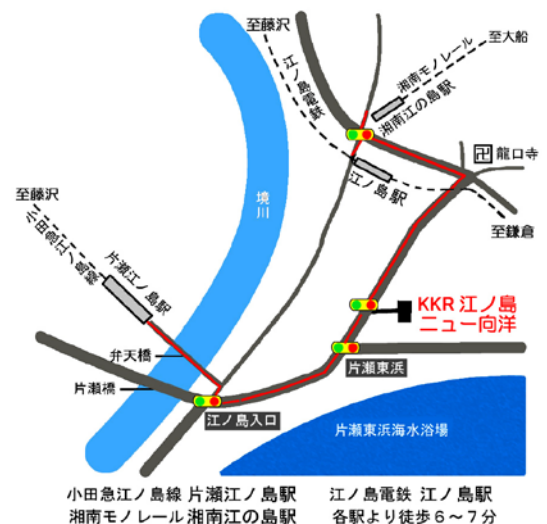
- 講師 池田 忠一 ・ 木村登代子 ・ 御橋 広真 ・ 宮井 芳行
村里 泰由 ・ 矢崎 守孝 ・ 吉田 章人 (五十音順)
- テーマ 『自覚から信念へ』

大自然の活力を満喫できる湘南江ノ島での鎌倉春期修練会。初めて参加される方は勿論、ベテランの方も心身統一法の基本と真髓を純真な心で学び、静かに自己観照し、どんな時でも澆刺颯爽と活きめく絶対積極の心を拓きましょう。今を価値高く活きめくため、あなたのご参加を心よりお待ち申し上げます。
実行委員一同

- と き 2019年5月3日(金・祝)9時30分(受付開始 8時30分～)
～5月5日(日・祝)15時30分(解散予定)
- ところ KKR江ノ島 ニュー向洋
神奈川県藤沢市片瀬海岸1-7-23
TEL 0466-23-7710 FAX 0466-23-7704
- 定 員 100名(宿泊52名・通い48名)定員になり次第締め切ります。
- 申込締切 **4月19日(金)**

- 前 泊
ご希望の方はお早めに 直接ニュー向洋へお申込みください。その際ホテルの方に「天風会の行事に参加する」旨お伝えください。

- お問い合わせ先(事務局)
天風会認定 鎌倉の会
〒247-0055 鎌倉市小袋谷 2-21-21 山本方
TEL/FAX 0467-44-4461
<http://tempukai-kamakura.com>
上記HPにも情報を掲示しますのでご確認ください。



2019年度 鎌倉春期修練会 参加要領

参加費（宿泊コース・通いコース）

区 分		宿泊コース（昼食代・夕食代含む）	通いコース（昼食代含む）
会 員	成人会員	48,000円	28,000円
	学生会員	35,000円	15,000円
	特別功労賛助者	26,000円	6,000円
一 般	成人・会友	78,000円	58,000円
	学 生	40,000円	20,000円

※一般で参加し、その後天風会に入会された場合は、初年度の年間賛助会費 30,000円（家族 10,000円、学生 5,000円）は免除されます。但し入会金 10,000円（学生 5,000円）は別途ご入金ください。（適用期限 平成30年6月5日）

申込方法：4月19日(金)（当日消印有効）までに、所定の郵便振込用紙（参加申込用紙兼用）にご記入の上、郵便局から鎌倉の会事務局宛にご送金下さい。

尚、当日は参加費用の郵便振込受領票をご持参ください。

これをもって参加受付票といたします

キャンセル料：以下の通りキャンセル料を申し受けます。なおご返金にかかる振込手数料はご負担頂きます。
4月26日(金)～5月1日(水)は50%、5月2日(木)以降は100%

服 装：運動しやすい軽装（色は自由です）必要な方は羽織るもの（海岸の風対策）

携 行 品：誦句集（黒・緑）、ノート、筆記用具、汗拭きタオル、運動靴

※誦句集、書籍は販売いたします。

宿 泊：昼食・夕食付（朝食なし） 浴衣、浴用タオル、ハブラシ 付

前 泊：ご希望の方はお早めに直接ニュー向洋へお申し込みください。

駐 車 場：有り（ご利用の場合は宿泊者専用の指定スペースに駐車してください）

健康管理：自己管理にてお願いします。

【日 程 表】

時刻	【5月3日（金・祝）】	【5月4日（土・休）】	【5月5日（日・祝）】
7時		6:30 早朝散策 龍口寺（自由参加）	
8時		自由参加 安定打坐、運動法（7:30-浜辺） 安定打坐（7:30-） 各個練習（7:45-） 全員参加 全体練習（8:00-8:25）	自由参加 安定打坐、運動法（7:30-浜辺） 安定打坐（7:30-） 各個練習（7:45-） 全員参加 全体練習（8:00-8:25）
	受付開始・着替え（8:30-）	朝礼（8:30～浜辺で実施、朝礼後室内へ）	朝礼（8:30～浜辺で実施、朝礼後室内へ）
9時		安定打坐法（9:10-9:30） 矢崎	安定打坐法（9:10-9:30） 宮井
	開会式（9:30-9:55）	9:30-10:20 誦句と瞑想 2【思考作用の誦句】 吉田	9:30-10:20 誦句と瞑想 4【信念の誦句】 御橋
10時	10:00-11:00 講話【修練会とは・我とは何ぞや】 宮井	実験 1（10:30-11:15） 矢崎	実験 3（10:30-11:10） 矢崎
11時	11:00-11:50 神経反射調節法/養動法/ 安定打坐法 木村	ひとりマッサージ（11:15-11:25） 輔導	ひとりマッサージ（11:10-11:25） 輔導
	ひとりマッサージ（11:55-12:10） 輔導	11:30 食事・休憩 リラクゼーション（12:10-12:30）	11:30 食事・休憩 リラクゼーション（12:10-12:30）
12時	12:15-13:30 食事・休憩	安定打坐法（12:40-13:00） 御橋	12:30～13:30 精神機能訓練 2 吉田
13時		13:00-13:50 誦句と瞑想 3【運命の誦句】 宮井	安定打坐法（13:40-14:00） 池田
14時		実験 2（14:00-14:30） 矢崎	14:00-14:50 誦句と瞑想 5「坐右箴言」 村里
	14:00-14:50 誦句と瞑想 1【力の誦句】 池田	休憩（14:30-14:45）	
15時		14:45-15:45 精神機能訓練 1 吉田	閉会式（15:00-）
16時	呼吸法/運動法（15:00-16:30） 経験者（道場・相模） 吉田 初心者（潮騒） 矢崎	呼吸法/運動法（15:45-16:45） 経験者（道場・相模） 吉田 初心者（潮騒） 矢崎	解散（15:30頃を予定）
	16:30- チェックイン（宿泊の方）、休憩	16:45- ワールドカフェ・セットアップ、休憩	■都合により担当講師および内容を変更する場合があります。予めご了承ください。
17時	17:00-18:00 トーク・イン・江の島 宮井	17:00-18:00 ワールドカフェ 木村	■ワールド・カフェ＝カフェのようなリラックスしたインフォーマルな雰囲気の中で、参加者が気軽にオープンに意見を出し合い、新しい気づき、創造を生み出す場です。主役は参加者の皆さんおひとりおひとりです。
18時	休憩（18:00-18:15） 18:30- 食事・休憩	休憩（18:00-18:15） 18:30- 食事・休憩	■通いコースの方の夕食は、ホテルの食堂または近くのレストランでも楽しめます。
19時			■班会は21時までには後片づけも含め、終了するようにしてください。
20時	19:30- 班会（自由参加） 自由時間 班会は21時までには終了すること	19:30-21:00 懇親会（自由参加） 自由時間	
21時			
22時	就寝	就寝	