

公益財団法人 天風会主催・天風会認定鎌倉の会協賛

令和2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 伊藤秀樹・木村登代子・御橋広真・宮井芳行
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しております。

実行委員一同

- と き 令和2年5月3日(日・祝)9時30分(受付開始 8時30分～)
～5月5日(火・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17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。



令和2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	49,000円	29,000円
	学生会員	35,000円	15,000円
	特別功労賛助者	27,000円	7,000円
一般	成人・会友	79,000円	59,000円
	学生	40,000円	20,000円

※家族割引：ご家族で参加の方は、二人目以降の参加費は宿泊 5,000 円・通い 3,000 円割引となります。

申込方法：4月17日(金)までに、所定の郵便払込取扱票（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。当日は上記の振替払込受領証をご持参下さい。これをもって参加受付票と致します

キャンセル料：以下の通りキャンセル料を申し受けます。ご返金にかかる振込手数料はご負担頂きます。
 4月24日(金)～4月30日(木)は50%
 5月1日(金)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・冷房対策）

携行品：誦句集（黒）、筆記用具、汗拭きタオル、運動靴
 ※誦句集は会場でも販売いたします。

宿泊：男女別相部屋になります。朝食なし(昼食・夕食付)。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（日・祝）】	【5月4日（月・祝）】	【5月5日（火・祝）】
7時		6:30 早朝散策 江の島（自由参加）	
8時		7:30- 浜辺 安定打坐(自由参加)	7:30- 浜辺 安定打坐(自由参加)
		8:00-8:25 戸外修練（全員参加）	8:00-8:25 戸外修練（全員参加）
	受付開始・着替え（8:30-）	8:30- 朝礼(浜辺で実施、朝礼後室内へ)	8:30- 朝礼(浜辺で実施、朝礼後室内へ)
9時		安定打坐法 木村	安定打坐法 伊藤
	開会式	誦句と瞑想 2【思考作用の誦句】 矢崎	誦句と瞑想 4【統一箴言】 宮井
10時	講話【修練会とは】 御橋	実験 1 吉田	実験 3 吉田
11時	クンバハカ法/養動法/安定打坐法 木村	ひとりマッサージ	ひとりマッサージ
	ひとりマッサージ	食事・休憩 リラクゼーション	食事・休憩 リラクゼーション
12時	食事・休憩		
		安定打坐法 御橋	精神機能訓練 3 伊藤
13時		誦句と瞑想 3【言葉の誦句】 木村	安定打坐法 吉田
	安定打坐法 矢崎		
14時	誦句と瞑想 1【力の誦句】 吉田	実験 2 吉田	誦句と瞑想 5【想像力の誦句】 御橋
		休憩	
15時	呼吸法/運動法 経験者(道場)宮井/初心者(潮騒)矢崎	精神機能訓練 2 伊藤	閉会式
16時	休憩, チェックイン(宿泊の方)	呼吸法/運動法 経験者(道場)宮井/初心者(潮騒)矢崎	解散（15:30頃を予定）
17時	精神機能訓練 1 伊藤	トークイン江の島(テーマ 安定打坐) 宮井	■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。 ■トーク・イン江の島＝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。 ■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。 ■班会は21時までに後片づけも含め、終了するようにしてください。
18時	食事 休憩	食事 休憩	
19時	班会（自由参加）	懇親会（自由参加）	
20時	自由時間	自由時間	
21時			
22時	就寝	就寝	