

3/14 (土)

3/15 (日)

|                              |                               |
|------------------------------|-------------------------------|
| 9:30 ~ 受付                    | 7:45 開館                       |
| 10:00 ~ 10:10 開会式            | 8:00 ~ 受付                     |
| 10:10 ~ 10:25 ワーク            | 8:30 ~ 8:40 誦句の唱和「1日のはじめに」    |
| 10:25 ~ 13:00 第1テーマ「対人精神態度」  | 8:40 ~ 14:00 第3テーマ「内省検討」      |
| 10:25 ~ 11:15 講義「対人精神態度」矢崎講師 | 8:40 ~ 8:55 養動法・安定打坐          |
| 11:15 ~ 12:00 実習             | 8:55 ~ 9:45 講義「内省検討」山田講師      |
| 12:00 ~ 12:10 ひとりマッサージ       | 9:45 ~ 9:55 休憩                |
| 12:10 ~ 13:00 昼食             | 9:55 ~ 10:20 グループワーク          |
| 13:00 ~ 16:00 第2テーマ「暗示の分析」   | 10:20 ~ 10:40 養動法・安定打坐        |
| 13:00 ~ 13:05 養動法            | 10:40 ~ 11:50 ワールドカフェ         |
| 13:05 ~ 13:55 講義「暗示の分析」木村講師  | 11:50 ~ 12:00 ひとりマッサージ        |
| 13:55 ~ 14:05 休憩             | 12:00 ~ 12:55 昼食              |
| 14:05 ~ 14:25 養動法・安定打坐       | 12:55 ~ 13:00 養動法             |
| 14:25 ~ 15:30 ワールドカフェ        | 13:00 ~ 13:50 発表              |
| 15:30 ~ 16:00 発表             | 13:50 ~ 14:00 休憩              |
| 16:00 ~ 16:45 特別テーマ「運動法(室内)」 | 14:00 ~ 16:00 最終テーマ「夢と理想の実践」  |
| 16:00 ~ 16:10 体操準備           | 14:00 ~ 14:50 講義「夢と理想の実践」村里講師 |
| 16:10 ~ 16:40 「積極体操を究める」矢崎講師 | 14:50 ~ 15:20 安定打坐法           |
| 16:40 ~ 16:45 終礼             | 15:20 ~ 16:00 ワーク             |
| 17:00 ~ 18:00 懇親会            | 16:00 ~ 16:10 閉会式             |

※事前予告なく変更されることがあります。

### お申し込み方法 申込締切:3/9(月)

同封の払込用紙に所定事項をご記入のうえ、郵便局からご送金ください。

ご入金確認後、受付票をお送りいたします。

※参加者名簿(氏名・都道府県のみ掲載)を参加者に配付します。

### キャンセル料

3/9(月)17:00~3/13(金)17:00まで…10%

3/13(金)17:00以降…100%

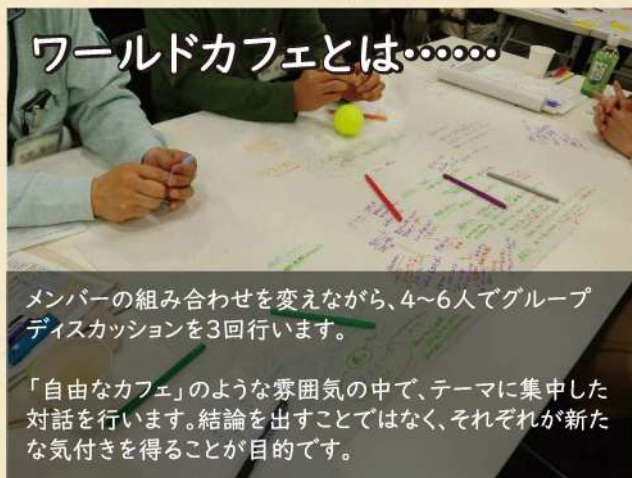
※返金にかかる振込手数料等をご負担いただきます。

### 携行品・服装

筆記用具、誦句集(黒色)

動きやすい靴、動きやすい服装

(1日目に30分程度の体操をします。体操服でなくても結構です。)



メンバーの組み合わせを変えながら、4~6人でグループディスカッションを3回行います。

「自由なカフェ」のような雰囲気の中で、テーマに集中した対話を行います。結論を出すことではなく、それぞれが新たな気づきを得ることが目的です。

東京都文京区大塚5-40-8 天風会館(護国寺駅徒歩1分)

主催 中村天風財団

電話. 03-3943-1601 / FAX. 03-3943-1604

(公益財団法人天風会)

E-mail. info@tempukai.or.jp

URL. http://www.tempukai.or.jp

