


# 【直心館道場週間予定表】

2018年12月現在

	月	火	水	木	金	土	
7:30	外丹功 7:30~7:50(大野)	元極学 7:30~7:50(名誉院長)		太極拳 7:30~7:50(大野)	外丹功 7:30~7:50(名誉院長)	智能功 7:30~8:00(大野)	7:30
7:40							
7:50							7:50
8:00							8:00
9:00							9:00
9:30							9:30
10:00							10:00
10:30							10:30
11:00					気功サークル 10:30~11:30(患者会)		11:00
11:30							11:30
12:00							12:00
13:00	宮廷21式 呼吸健康法 13:00~13:30(安倍・山田)	太極拳 13:00~13:20(大野)	太極拳 13:00~13:20(大野)	時空 13:00~13:30 (大野)	太極拳 13:00~13:20(大野)	太極拳 13:00~13:20(大野)	13:00
13:10							
13:20							13:20
13:30					患者さん 交流会 13:20~14:30 (大野)		13:30
13:40							13:40
13:50							13:50
14:00	丹田呼吸法 14:00~14:30(大野)	郭林新気功 14:00~15:00 (大野・千葉)	太極五行功 14:00~14:30(大野)	丹田呼吸法 14:00~14:30(大野)		内養功 第1・2・3 14:00~15:00(仲里・大野)	14:00
14:10							
14:20							14:20
14:30							14:30
14:40						第4・5土曜は 休みとなります	14:40
14:50							14:50
15:00		智能功 15:00~15:50 (千葉)	太極拳 15:00~16:00 (大野)	音楽療法 15:00~15:40 (森田)			15:00
15:10							
15:20							15:20
15:30							15:30
15:40					智能功 15:30~16:20 (山口)		15:40
15:50							15:50
16:00							16:00
16:10							16:10
16:20							16:20
16:30							16:30
16:40	養生塾 16:30~18:00 (名誉院長) <b>(有料)</b> (見学は無料です)				名誉院長講話 時空 16:30~17:30 (名誉院長)		16:40
16:50							16:50
17:00							17:00
17:10							17:10
17:20							17:20
17:30							17:30
17:40							17:40
17:50							17:50
18:00							18:00

## ※開催場所について

 枠のプログラムは1F直心館道場

 枠のプログラムは4F多目的ホール

となります。お間違えのないよう、ご確認お願いいたします。

※( )内は先生の名前となります。

※祝祭日は休講となります。

## 早朝練功のお知らせ

4~11月の第2月曜日は伊佐沼にて太極拳等を行います。

朝5:30に病院入口前に集合してください。

(都合により第1または第3月曜になる場合がございます。詳しくは月間予定表をご覧ください)

基本的にどなたでもご参加いただけます (有料プログラム・入院患者さん限定のプログラムなどもありますのでご注意ください)