

ちょっぴりからだを動かします！
動きやすい服装でお越しください！

リラックスしよう！

合気道と理論で感じる からだとこころ

日本語実施と英語実施の日がありますが、
どちらも言語サポートがあります。
からだで体感することが中心なので、気軽にお越しください！

2023.

12/13 Wed.

日本語実施
英語サポートあり

20 Wed.

英語実施
日本語サポートあり

16:20-17:30

場所▶衣笠BBP 1F 定員▶20人

新しい人との出会いや慣れない環境に足を踏み入れる
ときには緊張が生まれるものですね。

そんなとき、実はこころだけでなく、からだも緊張
しています。

合気道の緩和の技術に触れて、他者や異文化をおそ
れず受容できる人への第一歩を体験してみませんか？

寒い冬の水曜日の午後、
からだとこころを一緒に
リラックスしましょう！



講師 | 荻野NAO之(おぎの なおゆき)

ゲスト | 立命館大学合気道部のみなさん

ファシリテーター | 庄子 萌(しょうじ もえ)

問い合わせ先▶衣笠国際教育センター

kic-bbp@st.ritsumeit.ac.jp

お申込はコチラ

