

# 八段錦教室

## 八段錦(はちだんきん)とは？

中国に受け継がれてきた気功で800年以上の歴史をもつ健康法です。八段錦とは“絹織物の中で最も美しいもの”という意味で、ここでは“選りすぐられた素晴らしい運動”という意味があり、合計8つのフォームからなり、各フォームを8回繰り返して行います。ぜひ一緒に体験しながら、中国文化を学びませんか？

- ◆ 講師 紀 興民(キ コウミン)氏 (市CIR)
- ◆ 内容 八段錦講座、及び体験
- ◆ 日時 平成31年1月26日(土)  
10:00~12:00
- ◆ 場所 かごしま市民福祉プラザ 5階 大会議室
- ◆ 受講料 無料
- ◆ 対象者 中国文化に興味のある方 30名程度
- ◆ 申込期限 平成31年1月18日(金) 必着
- ◆ 申込方法 ①住所 ②氏名 ③連絡先(電話番号、Eメール)を記入し、鹿児島市国際交流財団までお申込み下さい。

## <お申込み・問合せ先>

公益財団法人  
鹿児島市国際交流財団  
〒892-0816  
鹿児島市山下町15番1号  
かごしま市民福祉プラザ3F  
TEL: 099-226-5931  
FAX: 099-239-9258  
Email: kokusai@kiex.jp

