

# 茶と

Chano-yu Healing



# 武の

Ancient Japanese martial arts

# 邂逅



一般社団法人 和文教養普及協会

甲州流柔術



TEA  
HEALING  
ASSOCIATION



## 伝統文化でマインドフルネス 甲州流柔術×茶の湯

### 【武術と茶の湯のコラボワークショップ】

和の魅力で心と体を整える 癒し茶の湯と刀剣の講座開催（全6回）

期間 2022年6月～11月（入会随時受付）第3土曜日

6月18日、7月16日、8月20日、9月17日、10月15日、11月19日

会場 肥後細川庭園 <https://www.higo-hosokawa.jp/access/>

〒112-0015 東京都文京区目白台1-1-22

時間 ① 18:00～刀剣 18:45～茶の湯

会費 茶の湯 \* 6回券 30,800円 \* 別会場、次期への振替可能 下記の内容含む

① テキスト ② 事前学習 VTR ③ 6回の対面講習 45分（菓子&抹茶） ④ 1万円分のお  
道具購入バウチャー（自宅実習用）

\* 1回券 5,500円 上記①～③付き ④は含まない

刀剣 \* 6回券 9000円 \* 振替不可、入会後の初月月謝無料

\* 1回券 2000円

### 【コースの内容】

#### 茶の湯マインドフルネス習得

- 1 茶の湯 心と体を整える
- 2 実生活に役立つ茶の湯の所作
- 3 抹茶喫茶で視野が広がる 癒す
- 4 ストレス緩和 癒しのメソッド
- 5 美しい立居振る舞いヒーリング
- 6 セルフカウンセリング 今自分に必要なこと

#### 刀剣

- 1 刀剣と神道、刀の扱い
- 2 五津ノ構・五津ノ太刀
- 3 刀の所作
- 4 初級剣技①
- 5 初級剣技②
- 6 初級剣技③

問合せ&お申し込み

茶の湯ヒーリング協会 [info@chanoyuhealing.com](mailto:info@chanoyuhealing.com) <https://www.chanoyuhealing.com>

甲州流柔術 [info@kousyuryu.com](mailto:info@kousyuryu.com) <https://www.kousyuryu.com>

【体験会】6月4日（土）18:00～19:30

3500円 [茶の湯&刀剣 通常レッスン代の半額相当]

レギュラーレッスン（6回6月から）お申し込みの方は体験料無料