

4月のZOOM日曜行修会につきまして

《 開 催 概 要 》

■日 時：毎週日曜日 9:00～11:05(予定)

※ 終了後、希望者のみを対象に20分のグループディスカッションを行います。

※ 入室は8:45から可能です。

※ 終了時刻は、行修内容や当日の進行状況により、前後することがございます。

※ 退出は自由です。

■参加場所：

① 各自の通信環境(パソコン・スマホ・タブレット等)が整った場所

※ 基本的には各自のご自宅になることと存じます。

② 現地 ※対象者が限定されていますので、ご注意ください。

3日・10日 事前申込が**必要**

※現地参加の対象者：2019年以降にご入会の東京の会所属の会員

17日・24日 事前申込**不要**(先着30名)

※現地参加の対象者：東京の会所属の会員

■参加要件：

① オンライン参加

(1) 実名を日本語フルネームで表記できる方

(2) 上記の通信環境をご用意できる方

+カメラをご準備のうえ、ご自身のお顔を映していただくと、
他の参加者の皆様と一体感をもってご参加いただけ、
より有意義な行修になることと存じますので、お勧めいたします。

+グループディスカッションへのご参加にはマイクが必要です。

※ インターネット環境があり、
スマホ・ノートパソコン・アイパッドをお持ちの方は、
マイク・カメラも備え付けられており、まず大丈夫です。

※ デスクトップパソコンをご使用の方は、
必要に応じて、カメラ・マイクをご準備ください。

② 現地参加

→ [東京の会所属の会員の方](#)

※ その他の参加要件詳細につきましては以下をご確認ください。

[今後の行事運営+行動ポリシー+健康状態申告書（ホームページ用）.pdf \(tempukai-tokyo.com\)](#)

※ ご不明の方はご相談ください。

■参加費：会員 無料(現地・オンライン共に)
会友・一般 1000円(オンライン)

■参加方法(オンライン参加) :

① 登録されている会員の方には特にお申込みなしで、自動的に
毎月初日前日にご参加のためのURL等を配信いたします。

② それ以外の方は、以下のページをご参考に、
ご登録・お申込み・お振込みをお願いいたします。

<https://tempukai-tokyo.com/sundaymeeting>

《ベーシックな流れ》

8:45 ~ 9:00	入室
9:00 ~ 9:05	ガイダンス(事前案内)
9:05 ~ 9:25	朝礼 ※ガイダンスが終了し次第の開始
9:25 ~ 9:35	養動法
9:35 ~ 9:55	安定打坐法
9:55 ~ 10:05	ひとりマッサージ
10:05 ~ 10:10	休憩
10:10 ~ 10:20	ワーク(誦句書き写し)
10:20 ~ 10:40	ワーク(積極観念の養成法)
10:40 ~ 10:50	体験発表(コロナ生活の振り返り)
10:50 ~ 10:55	ご案内
10:55 ~ 11:00	誦句
11:00 ~ 11:05	締め
11:05	終了予定

※ プログラムが事情により変更になる場合がございます。

※ 各日ごとのプログラムの内容や進行の事情により、終了時間は前後いたします。

皆様のご参加をお待ちしております。

=====

公益財団法人天風会認定東京の会

E-Mail tokyo.tempukai@gmail.com

(オンライン企画 専用窓口)

=====