



# 世界健身氣功日

## 健身氣功・養生之道



# 健身氣功 五禽戲 で歩きましょう

創意： 行歩 健身氣功・五禽戲 (パレードできるように)  
意味： 歩きながら、健身氣功の運動要素を実行できるように、健身氣功の立つ、座る姿勢に歩く姿勢も加えて表現を拡大、愛好者がさらに楽しめるように。

首創編集者： 劉超・武藤智恵子・各務和男・劉暎渲・張芮・過海姣

東京・神奈川・  
埼玉・千葉

