

# 青空太極拳

外の空気を吸いながら太極拳でリフレッシュしましょう



- ・血液、リンパの流れをよくして代謝アップ
- ・自律神経のバランスを整える
- ・病気の予防、体力回復、体質改善
- ・美容と若さを保つ効果あり
- ・肩こり、腰痛の改善と予防

場所：スカイアリーナ箕面 中庭

日時：8/10(土) 9:00~9:45

受付：7/1~開始

持ち物：動きやすい服装、飲み物、タオル

料金：各800円(中学生以下は400円)

参加対象：小学生以上

ご家族と☺ご友人と☺お子様と☺

お気軽にお問い合わせください。

※雨天の場合、遅くとも1時間前までに連絡致します。

問い合わせ・お申込み:スカイアリーナハ

☎072-724-3440