

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：10/19(土) 10:00~10:45

受付：8/1~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