

楽しく長〜く続けていきましょう！

太極拳 木曜教室



静かな呼吸とゆったりとした動きで、心地良い太極拳を体感します。基本練習から、一つ一つの動作を修得していきます。



無料体験
実施中



新規入会者募集中！

講師紹介

場所

- ① 鴨谷体育館 第3体育室
- ② 鴨谷体育館 第4体育室

日時

- ① 木曜日 10:30～11:40
 - ② 木曜日 14:30～15:40
- 日程は裏面をご確認ください

受講料

- ①②各2,200円（月2回）※税込・傷害保険料含む

対象

- ① 40歳以上 定員各20名
- ② 中学生以上



笠井先生
(木曜①担当)

日本武術太極拳連盟
公認A級指導員



徳留先生
(木曜②担当)

日本武術太極拳連盟
公認C級指導員

動きやすい服装、室内用シューズ(②クラスのみ)、飲み物、タオルを持参してください。

電話・HPからお気軽に無料体験のご予約ができます！

入会金・年会費不要！

お申し込みの際にご提供いただく個人情報は厳重に管理させていただき、『スクール連絡』や『会費のご入金連絡』等に利用させていただきますので、あしからずご了承ください。

初心者の方も大歓迎！！



堺市立鴨谷体育館
TEL：072-296-1717



〒590-0138 堺市南区鴨谷台2丁4-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7310>

●営業時間 9:00～21:00

●休館日 ・毎月第2月曜日
(祝日の場合は第3月曜日)
・年末年始(12/30～1/4)

●体育館には駐車場はございません
近隣のコインパーキングをご利用ください