

健康太極拳 教室

たおやかに、しなやかに・・・太極拳の呼吸法と一緒に学んでみませんか？
ゆったりとした動きですが、健康の維持増進に効果があります！

【日 時】 10月4、18、25日



11月1、8、15、22、29日

12月6、13、20日

(金曜日・全11回)

14:30～15:30

【対 象】 一般の方

【定 員】 15 名 (先着順)

【参加料】 8,800 円 (傷害保険料含む)

【持ち物】 動きやすい服装、タオル、飲み物

【会 場】 雄踏総合体育館 ダンス会議室

【申込方法】 雄踏総合体育館窓口にて、参加料を添えてお申し込みください。



9 月 15 日 (日) から受付スタート！

※定員に空きがあれば、途中参加可能です。

※内容等、詳しくは雄踏総合体育館までお問い合わせください。

1 回体験制度もあります。

浜松市雄踏総合体育館

住所：浜松市中央区雄踏町宇布見9981-1

TEL：053-597-3500

<https://www.yuto-maisaka-sports.com/>

