

はじめての太極拳

足腰を鍛え、息を整える**太極拳**の動きは難しそうですが
初めての方のためのレッスンです。

内容は練功十八法、初級太極拳、養生功
お気軽にご参加ください!

全8回 木曜日 10:00～11:30

8/7・21、9/4・18、10/2・16、11/6・20

定員:20名

参加費:4000円

申込方法:往復はがき、または

センターの申込用紙に返信ハガキを添えて受付まで

①教室名 ②氏名 ③住所 ④電話番号 必ず記入

※返信用はがきに宛名記入

宛先 245-0007 桂坂4-1 中川地区センター

申込み期間 7/11～7/20必着





