

独特のゆっくりとした動きや呼吸法など基礎から学びます。体の内側から心身とも健康になり、潜在能力を引き出します。

心身の調和をはかる

はじめての 太極拳

美容

健康

長寿

- ◆定員 12名
- ◆講師 久保村悦子先生
- ◆受講料 5,500円

◆教室日程 全10回（木曜日 13:30~14:30）

- ① 9月28日
- ② 10月12日
- ③ 10月19日
- ④ 10月26日
- ⑤ 11月2日
- ⑥ 11月9日
- ⑦ 11月16日
- ⑧ 11月30日
- ⑨ 12月7日
- ⑩ 12月14日

申込日 令和5年**9月7日（木） 13:30~13:45**

※13:30~13:45に整理券を配布、13:45から説明開始
※電話での予約・申込はできません。
※抽選になった場合は当日会場にいらした方が優先になります。
※当日会場に来られない方は往復はがきでの仮申し込みができます。（9/6必着）
空きのある場合は、定員になるまで事務所にて申込を受付けます。

一宮スポーツ文化センター

TEL 0586-24-1881

<https://www.supobun.or.jp>

