

【カラダとココロを整えよう！】

☆太極拳教室☆



太極拳で健康習慣を始めてみませんか？呼吸と動きを合わせることで体力向上やリフレッシュ効果が期待できます。どなたでも無理なく取り組める内容です。

■日時：7月7日(火)・14日(火)・28日(火)
13時30分～14時30分

■場所：青山記念武道館 大道場

■対象：どなたでも

■定員：15名（先着順）

■講師：加世田先生（半田市健康太極拳協会）

■費用：1,500円（保険料含む）

■持ち物：水筒、タオル

■服装：動きやすい服装

■申込：令和8年6月8日（月）9時から

*青山記念武道館受付へ
またはお電話も可

TEL 0569-24-0666

指定管理者 三幸株式会社



みんなの
あおやま
記念武道館