

誰でも、どこでも、手軽にできる！

令和5年度  
No.40  
市民講座 まちの元気塾

初心者向け

たいきょくけん

# 太極拳教室

呼吸を重視し、伸びやかでゆっくりとした全身運動です。体力に応じた気持ちの良い手軽なスポーツとして、注目されています。この機会にぜひ一度体験されませんか？。ゆっくりとした準備運動から始めていきます。お気軽にご参加ください。



指導：日本武術太極拳連盟 公認 B級指導員

つかはら みどり  
塚原 緑さん

2024年

開催日

3月 21日(木)

時間

14:00～16:00

場所

ゆめぷらっと小城1F 大会議室

募集人数

16名

参加費

無料

持参品

室内シューズ・タオル・飲み物・五本指靴下(あれば)

動きやすい服装でご参加ください。

お申し込み・お問い合わせ

お気軽にこちらの窓口へお申込みください。お電話でもお待ちしております。

【連絡先】ゆめぷらっと小城 管理室 (担当:北村・八木)

〒845-0001 小城市小城町253-21

TEL 0952-37-6601