

太極拳初級講座

今年は、初級編に挑戦です。
もっと元気に。もっとキレイになりたい方に・・・。
ダイエットやストレス解消、腰痛、肩こり、疲労回復などにも効果
バツグン！
ゆったりとした動きでカラダの芯から癒され、性別、年齢を問わ
ず、どなたでも楽しめます。

10月1日・8日

(いずれも木曜日)

午後1：30～3：00

- ❀ 会 場 ぴゅあ峡南2F研修室
- ❀ 講 師 樋口 昇さん
- ❀ 持ち物 飲み物・タオル・室内履き（スリッパNG）・
運動出来る服装
- ❀ 参加費 無料
- ❀ 参加者 一般県民 20名
- ❀ 託 児 あります
- 申込方法 TEL または FAX でぴゅあ峡南まで
- TEL 0556-64-4777
- FAX 0556-64-4700

