

太極拳体験教室

太極拳とは

心と体、呼吸を整える心身鍛錬を目的とする養生法。
老若男女、身体の強弱を問わずに誰でも楽しくできます。
全身リラックスしながら血流の流れをよくし、五臓六腑の機能を高めます。一緒に気持ちのいい汗を流しましょう！



講師

大分県太極拳協会 会長

有川 岬 氏

日時：3/7 (金)

10:00~11:30

実費：100円定員：30名

動きやすい服装で

タオルと水分等をご持参ください

事前にTELまたは二次元コードからお申込みください
キャンセルされる場合は、お早めにご連絡ください

開催場所
お問合せ
お申込み

大分県社会福祉介護研修センター
(大分市明野東3-4-1) 小ホール

開館時間 8:30~17:00

TEL 097-552-6888



ホームページ



Instagram



こちらからも
お申し込み
いただけます

きりとり

check!



氏名 (ふりがな)

電話番号 (日中連絡が取れる番号)