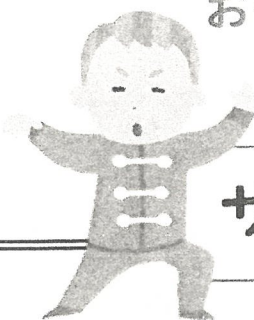


大玉村合併70周年記念

太極拳 体験教室を開催します！

参加料無料！申し込み不要！お気軽にお越しください！

お子様連れの参加也大歓迎です！



サークルからのメッセージ



☆健康づくりのために太極拳を始めてみませんか？

☆健康の保持増進には、

筋力、持久力、柔軟性、神経・筋協応の向上が大切です。

これらの向上には、誰でも気軽に始められる太極拳が効果的！

☆初心者の方には、講師が丁寧に指導します。

☆今回、太極拳の面白さを多くの方に知っていただくために、

参加料無料、申し込み不要で体験会を開催します！

☆参加ご希望の方は、当日直接改善センターまでお越しください。

日 程 : 7月3日(木)、10日(木)、17日(木)

時 間 : 午前9時30分～午前11時

場 所 : 大玉村改善センター 多目的ホール

内 容 : ストレッチ、太極拳の基礎、真向法(クールダウン)

対象者 : 村内在住者、村内在勤者、おおたまスポーツクラブ会員

講 師 : 佐久間 武雄 先生(太極拳を愛する会代表)

☆平成16年師範資格取得

☆平成21年台湾での太極拳師範クラス大会優勝

持ち物 : 運動ができる服装(靴)、タオル、飲み物

問合せ : おおたまスポーツクラブ事務局(改善センター内)

TEL: 0243-48-3139

主 催 : 太極拳サークル

共 催 : おおたまスポーツクラブ

