

太極拳でリラックスしませんか？



『体力が落ちてきたな〜』と感じているあなたに！
『心と身体に優しく穏やかに効く』
太極拳をはじめてみませんか？



日時

平成 29 年 11 月 28 日 (火曜日)
19 時～20 時 30 分
料金は無料です

持ち物

上靴・運動の出来る服装
5本指の靴下 (無くても OK)

内容

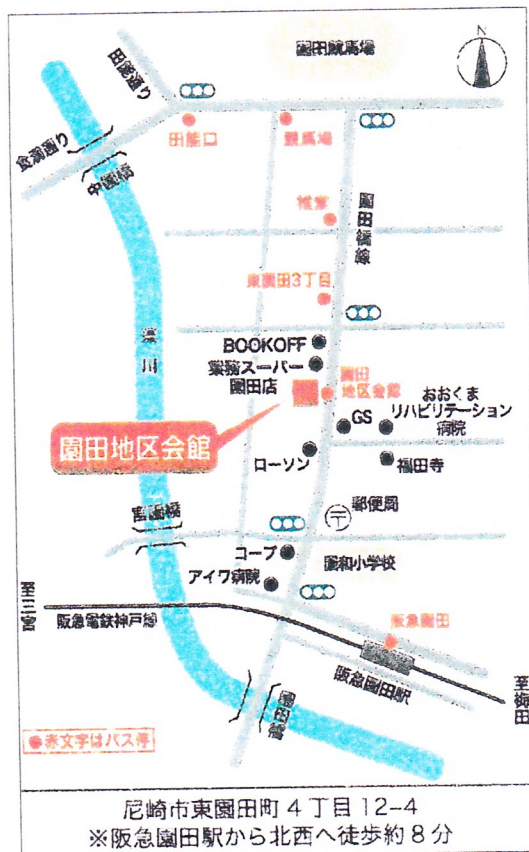
ストレッチ・簡化 24 式太極拳
梅花扇

申込

園田地区会館
(水曜日は休館日です.)
TEL : 06-6493-0140

主催

太極拳「花みずき」教室
園田地区会館 (指定管理者 : 尼崎中高年事業株式会社)



駐車場はありますが、駐車台数僅少のため、公共交通機関又は自転車等でご来館くださいますようお願いいたします

