

# 平成29年度 維新公園太極拳教室（第1期）

## 開催要項

### 1 趣 旨

力を抜いて、緩やかに動き、ゆっくり呼吸することで、リラックスするとともに、柔らかく、強く、しなやかな身体をつくり、健康の保持・増進を図ります。

### 2 開催日（全11回）

5月 15日（月）、22日（月）、29日（月）

6月 5日（月）、19日（月）、26日（月）

7月 3日（月）、31日（月）

8月 21日（月）

9月 4日（月）、25日（月）

### 3 時 間

14時00分から16時00分まで

### 4 会 場

維新百年記念公園 スポーツ文化センター 武道館

### 5 講 師

中国太極拳6段 がく りょう ふう  
岳 凌 楓 先生

### 6 種 目

太 極 拳

### 7 受講料

1回につき500円（毎回会場受付でお支払いください。）

### 8 服装・用具

運動ができる服装と室内用シューズをご用意ください。

### 9 申込み及び募集人数

先着30名

電話にてお申し込みください。（4/19（水）9：00～ 募集開始します。）

### 10 主 催

一般財団法人 山口県施設管理財団

#### 【お問い合わせ先】

一般財団法人 山口県施設管理財団 サービス課

TEL 083-922-3712

FAX 083-928-3374