

平成29年度 維新公園太極拳教室（第2期）

募集要項

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）

10月 16日（月）、23日（月）、30日（月）

11月 20日（月）、27日（月）

12月 4日（月）、11日（月）

1月 22日（月）、29日（月）

2月 19日（月）、26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 岳 りょう ふう 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25名

電話にてお申し込みください。

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