

令和元年度 維新公園太極拳教室 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20回）

5月 20日（月）
6月 17日（月）、24日（月）
7月 1日（月）、22日（月）、29日（月）
8月 26日（月）
9月 9日（月）、30日（月）
10月 21日（月）
11月 18日（月）、25日（月）
12月 9日（月）、16日（月）
1月 20日（月）、27日（月）
2月 10日（月）、17日（月）
3月 9日（月）、16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 維新大晃アリーナ 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50名（新規のかた） 継続の教室なのでなるべく毎回参加できるかたを募集
電話にてお申し込みください。（4/19（金）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