

# 平成30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）

6月 4日（月）、18日（月）、25日（月）  
7月 9日（月）  
8月 27日（月）  
9月 10日（月）  
10月 1日（月）、15日（月）、29日（月）  
11月 5日（月）、19日（月）、26日（月）  
12月 10日（月）、17日（月）  
1月 21日（月）、28日（月）  
2月 18日（月）、25日（月）  
3月 11日（月）、18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50名（新規の方 ※昨年度受講された方はご遠慮ください。）

電話にてお申し込みください。（5/11（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