

健康教室 「太極拳」

内臓



消化吸収を改善!?

筋肉



足腰の筋肉が強くなる!?

減量



空腹感を抑える!?

大脳



大脳が活発化!?

平成28年10月22日(土) 10:00~12:00(受付9:30~)

太極拳を通じてココロとカラダの元気を引き出す方法を勉強します。

場 所：佐土原武道館

講 師：大神 憲子 氏
(公益社団法人 日本武術太極拳連盟 公認A級指導員/審判員)

参加料：お1人様300円

募集人数：定員30名(久峰総合公園管理事務所にて事前受付)

募集締切：10月21日(金) ※定員になり次第締切

■お問合せ・お申込み

下記宛先まで、直接申込みもしくは電話・FAX・E-mailにてお申し込みください。

久峰総合公園 管理事務所

電話・FAX:0985-73-2782 E-mail:hisamine@mppf.or.jp



佐土原武道館 健康教室「太極拳」 参加申込書

代表者氏名	
住 所	
電 話	
参加人数	大 人 名 ・ 子ども(中学生以下) 名