

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 りよう 凌 ふう 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