

太極拳に 挑戦!



「太極拳」が初めての方も、年齢や性別にかかわらずどなたでも楽しく体験できます。心も体もリラックスさせて、健康upさせてみませんか。どうぞお気軽にご参加ください!

2月27日(木)

10:00~12:00

定員

先着10名程度
・定員になり次第、締め切り

会場

寒河江市民体育館
ミーティングルーム

対象

どなたでも
※一人で、ご家族で、お友達と…

持ち物

内履き、水筒、タオル、動きやすい服装

申し込み

ハートフルセンター1階 「ゆめはーと寒河江」の受付へ、お電話か下記の申込書をご持参ください。 TEL 0237-83-3225

講師 椎名ユウ子先生

- ・公益社団法人
日本武術太極拳連盟公認A級指導員
- ・寒河江市在住
- ・ふるさと総合公園にて教室開催中
火曜日&金曜日 9:30~11:30

ファミリーサポートって何?

お子さんを一時的にみることができないとき、保護者に代わって、子育ての支援を行う会員制の相互援助活動です。

通常の援助活動の他、健康講座なども開催しており、会員の方だけでなく、多くの方との交流も図っています。



キリトリ

ファミサポ健康講座「太極拳に挑戦!」申込書

参加者	ふりがな
	お名前
ご住所	〒
電話番号	

※個人情報は、本講座の目的以外には使用しません。

申込受付 月 日