

さわやか太極拳教室について

開催日時:平成28年 11月3日(木・祝) 9:30~12:00

会場:瀬谷スポーツセンター

人数:63名

入場料:無料

行事内容:太極拳(入門・初級・24式・48式)の講習会

- ・講習会は太極拳の種目毎にグループ分けして行いました。
入門・初級の初心者の方が少なかったのが残念でした。
- ・太極拳はゆっくりとした動作で行うスポーツで健康に良いといわれています。とくに「転倒防止」に効果があります。
現在、協会に加盟しているクラブは区内に10あり、
それぞれ地区センター、コミスク等で楽しく練習をしています。
興味のある方はご連絡ください。

連絡先 原田泰巨
TEL 045-302-7176
FAX 同上