

無料 体験教室

追加

いきいき 太極拳

★気になりませんか自分のからだのこんなこと…

自然な呼吸

認知症予防

筋力アップ

体幹トレーニング

日時：2019年4月～5月迄の
火曜日全7回
午前10:00～11:15

4/2・16・23 5/7・14・21・28

場所：武蔵野総合体育館 4F 剣道場

対象：初心者・未経験者

(どなたでもいつからでも参加できます)

☆事前申し込みは不要です。参加ご希望の方は当日会場へ直接お越し下さい。

☆当日はスポーツの出来る服装で、室内用運動靴を着用して下さい。

☆飲み物・タオルもご持参下さい。

☆お子様と一緒に参加もできます（お問合せ下さい）。

主催 武蔵野市武術太極拳連盟

主管 太極拳武蔵野会 (<http://musashinokai.com>)

問合せ先：小泉070-6430-8201・藤木070-6460-8202

