

秋田県立武道館

令和7年度(後期)



太極拳教室



太極拳の動きが日常の転倒防止に
役立つことが報告されています



5日間の短期教室です。

柔らかい動きとゆっくりとした呼吸で
心と体を健康に鍛えましょう！

期 日 : 9/18・25・10/2・9・16 計5回 (全木曜日)

時 間 : 10:00～11:30

参加費 : 3,500円(税込み、入館料、保険料含む)

定 員 : 20名

持ち物 : 動きやすい服装、内ズック、飲み物等

申込期間 : 8/4(月)～9/17(水)

お申込み・お問い合わせ先

(一財)秋田県総合公社 武道館事務所

TEL : 018-862-6651



あなたの笑顔をサポートします！

一般財団法人 秋田県総合公社



AKITA SDGs

