

新規会員募集

太極拳 始めませんか

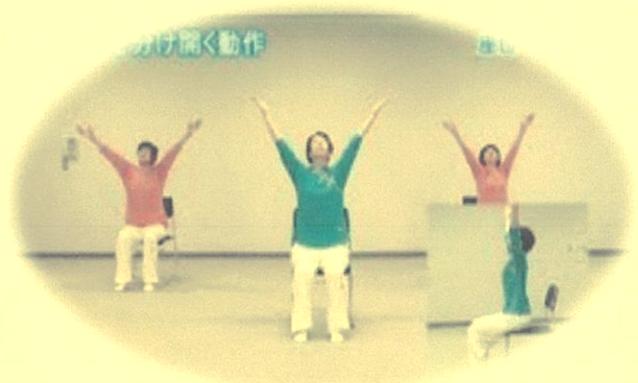
「初心者のための太極拳の会」は、太極拳に親しみ、心と体の健康を維持し健康長寿を目指す

とともに、太極拳を通して様々な人と関わる楽しさを学ぶ活動をしている団体です。

年齢や身体の特徴に合わせた太極拳の楽しみ方や介護予防のための「太極拳ゆったり体操」など、

幅広い年代の方々の健康法として人気のある太極拳始めませんか。

「初心者のための太極拳の会」



見学OK (水曜 午前10:00～, 午後13:30～)

【水曜コース】

日程：令和8年4月から 水曜日 10:00～11:30 13:30～15:00

場所：秋田県生涯学習センター（秋田市山王）

会費：1,000円（月額）

定員：10名程度（事前に申し込み：先着順）

申し込み・問い合わせ先：武田ちか子 TEL 018-835-9051

持ち物：動きやすい服装、上履き（靴底の薄いものがより可）、飲み物等

主催：初心者のための太極拳の会