

秋田県立武道館
令和3年度

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：6/3・10・17・24・7/1 計5回（全木曜日）

時 間：10:00～11:30

参加費：3,360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：5/6(木)～6/2(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

