



太極拳は、転倒予防、免疫力UPなど、

様々な効果があると言われています。

ゆったりした動きなので、体を動かす機会が

少ない方もぜひ！お子さんも大歓迎です！



一日体験講座

太極拳の

日時：1月27日（金）10時～11時30分

場所：南光台市民センター

講師：野村 浩二

対象：小学生以上

申込：1月20日

窓口、電話にて

持ち物：飲み物、タオル、運動靴

（動きやすい服装でお越しください）

定員に達しましたので  
申込は締め切りました。



※新型コロナウイルスなどの状況により、やむを得ず中止、変更となる場合がございます。

※頂いた個人情報は講座の運営以外には使用いたしません。講座内で撮影した写真をホームページ等に掲載することがあります。

【お問合せ】南光台市民センター 電話（253）1023

〒981-8003 仙台市泉区南光台 7-1-30