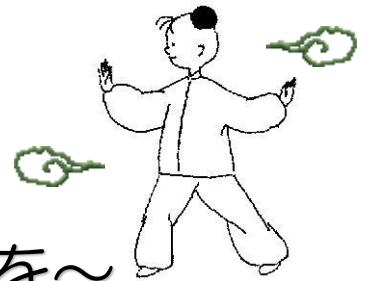


たいきょくけん

太極拳

～しなやかな心と身体を～



太極拳は、中国の伝統文化のひとつで、穏やかで水が流れるような優雅な動きが特徴の**全身運動**です。リラックスして、頑張りすぎず、無理をしない程度に楽しく動きましょう。(文章抜粋)

☯ 日 時：**平成29年10月15日 (日)**

午後1:30～3:00

☯ 場 所：東部在宅障害者福祉センター2階 多目的室

☯ 講 師：木村 ヒトミ氏 (太極拳愛好家と仲間たち)

☯ 参加費：1人500円 (年齢関係なし)

(経費を差し引いた残りを、神戸市聴覚障害者福祉施設建設資金へ寄付します)

☯ 持って行く物・・・飲み物 (水分補給)、タオル

☆動きやすい服装でお越しください。

☯ 定 員：**50名**

申込先 三谷 FAX 856-8268 仲谷 FAX 361-4040

nobusanshimo7@gmail.com



太極拳 参加申し込みます。

なまえ _____

ろう (_____) 区

サークル (_____)

FAX・TEL _____

