

第3期 太極拳教室

- ゆったりとした動きで気持ちのいい汗を流しませんか -



優雅に、そしておだやかに…

美容や健康、長寿に効果的

開催場所：中央区民センター

開催時間：18:30 ～ 20:00

講師：谷河 幸子 先生

受講料：5,000 円（10 回分：傷害保険料を含む）

定員：30 名（先着順）

準備物：運動のできる服装、タオル、飲み物など

日程：全10回木曜日

12月 20日

1月 10日 17日 24日 31日

2月 21日 28日

3月 7日 14日 21日

お申込・お問合せ先

（一財）大阪市コミュニティ協会 中央区支部協議会（大阪市立中央会館内）

TEL：06-6211-0630 ※1 階受付にてお申込み下さい