

第3期

太极拳教室

- 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

日程：全10回木曜日

開催時間：18:30～20:00

12月 20日

講 師：谷河 幸子 先生

1月 10日 17日 24日 31日

受 講 料：5,000 円（10回分：傷害保険料を含む）

2月 21日 28日

定 員：30名（先着順）

3月 7日 14日 21日

準 備 物：運動のできる服装、タオル、飲み物など

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