

# 第1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：中央会館（ホール）

開催時間：18:30～20:00

講師：谷河 幸子 先生

受講料：6,000 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

4月 4日 11日 18日

5月 9日 16日 23日

6月 13日 20日

7月 4日 11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