

第3期

# 太極拳教室

参加には  
マスクの着用が  
必要です。

- 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：橋本 誠 先生・橋本 三恵 先生

受 講 料：6,000 円（10 回分：傷害保険料を含む）  
【体験参加：1回 800円】

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 10日 17日

1 月 14日 21日 28日

2 月 4 日 18日

3 月 11日 18日 25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