

# 太極拳 体験会

①4月16日(水)10:00~11:00

②4月23日(水)10:00~11:00

参加料:各500円(税込)

定員:各10名(先着順)

太極拳って何だろう？  
どんな動きの運動をするの？  
などなど...

気になる方は、是非1度、  
体験してみませんか？  
年齢問わずどなたでも  
ご参加いただけます♪

太極拳は、年齢や体力に  
関係なく、どなたでも楽しめます。  
腰痛、肩こりで悩んでいる方、  
ストレスの溜まっている方、

一緒に身体を  
動かしてみませんか？  
身体もこころも  
開放させましょう！



講師:藤井和代先生

(日本武術太極拳連盟公認A級指導員)

・日本武術太極拳連盟公認4段)

持参物:動きやすい服装・室内シューズ・タオル  
水分補給できる飲み物

お申込み・問い合わせ

香川県立武道館 TEL:087-821-5125