

やさしい太極拳で心地よい時間を

太極拳の動きをみて（観察）、内容を理解しながら、実際に体を動かして再現することで楽しみながら脳を活性化し認知症予防につなげます



開催日時 7月6日（月） 10時～11時

場所 かけこまち七間町

持ち物 水筒・タオル

講師 鈴木 美里 氏

*動きやすい服装でお越しください

太極拳普及会 幹部指導員 日本太極拳武術連盟 B級指導員
しぞ〜かでん伝体操インストラクター

申込開始 6月20日(土)9:00～ かけこまち七間町

☎ 054-204-1541(9:00～18:00) 水・木・祝日休み