



楊名時

太極拳講座



中国発祥の太極拳はゆつくりした動作で行う全身運動。どんな方でも無理なくできるのが魅力のひとつです。

健康づくりに、仲間づくりに、太極拳をはじめてみませんか。

6/2、6/16、6/23、7/7、7/14

全5回 木曜日 午前10時～11時30分

会場 下諏訪総合文化センター 小ホール他
対象 町内在住・在勤の方
定員 15人
持ち物 飲み物、タオル、動きやすい靴
講師 土田 香里 先生
受講料 無料



申込方法 窓口 または 電話 にて、お申し込みください。

※受付は先着順とし、定員になり次第締め切らせていただきます。

受付開始 5月11日(水) 午前9時～

受付時間 平日 午前9時～午後7時 ※土日祝日は受付できません。

※講師の都合または受講者が少人数の場合、開催中止になる場合があります。

※新型コロナウイルス感染症の拡大状況により、講座内容の変更や開催中止となる場合があります。

お申込み・お問合せ
下諏訪町公民館
(下諏訪総合文化センター内)
Tel: 28 - 0002
27 - 1111 (内線 717)