

はじめての太極拳 教室

この教室は、伊勢崎市地域包括支援センターの委託事業です

ゆったりと太極拳を
楽しんでみませんか？



◎練功十八法(中国式健康体操)

◎入門太極拳

◎初級太極拳 の練習をします

対象者：伊勢崎市在住の65歳以上の方

日 時：令和8年 2月3日・10日・17日・24日
3月3日・10日 火曜日(全6回)
10時から11時30分

場 所：緋の郷(伊勢崎市昭和町1712-2)
市民交流館 第1総合活動室(2月3日のみ)
円形交流館 多目的ホール(2～6回目)

定 員：20名

持ち物：・動きやすい服装 ・室内用の運動靴 ・飲み物

費 用：無料

講 師：佐藤 君子

伊勢崎市太極拳協会常任理事

日本武術太極拳連盟公認太極拳A級指導員

申 込：令和7年12月8日10時から
下記連絡先へお電話ください。

【申込・問合せ】

伊勢崎市太極拳協会

会長 大島 志津子

TEL 090-5800-9104