

太極拳 ゆったり体操 区民講習会

～ ゆっくり・楽しく・続けて・健康づくり～

2015年9月9日(水)

9:30～11:00 (9:15受付)

品川区立総合体育館 剣道場

TR山手線「大崎駅・五反田駅」徒歩10分

参加費 **500円** 当日会場で受け付けいたします

介護予防に!

椅子に座ってつかまって・
運動が苦手な方も・
しっかり身につく...

介護リハビリに!

迷わず・初めの1歩..

動きやすい服装・運動靴持参で、気軽にご参加ください。

指導：太極拳ゆったり体操エリアパートナー

主催 品川区武術太極拳連盟
後援 品川区・品川区スポーツ協会
問い合わせ 080-1300-5503