



やってみよう太極拳!

～太極拳ワンコイン講習会～

ゆったりと伸びやかな動きと自然な腹式呼吸で
身体の内からリラックス 気持ちいい汗を流しましょう!!

日時：2016年2月11日(木・祝)

13:30～16:00 (13:00より受付開始)

会場：戸越体育館 (東急大井町線・戸越公園駅下車。徒歩7分)

受講料：500円 (1コイン)

服装持ち物：動きやすい服装と室内用運動靴をご用意下さい。

初心者も気持ちよく

入門・初級

ゆったり動作と呼吸

陳正雷老師直伝!

陳式入門

伝統陳式の基礎

見慣れた動き

簡化24式

やってみよう!

申し込み | 住所・氏名・年令・連絡先を明記の上
「ワンコイン講習会希望」と書いて、
1月22日までに往復ハガキかFAXで
品川区スポーツ協会まで。
〒141-0022 品川区東五反田2-11-2

主催：品川区武術太極拳連盟
後援：品川区スポーツ協会

