



「太極拳ゆったり体操講習会」のご案内

品川区武術太極拳連盟 理事長 石井晋助

各位

日頃よりお世話になっております。

品川区連では、福島県喜多方市より講師をお招きし、下記の通り「太極拳ゆったり体操講習会」を開催することになり、ここにご案内申し上げます。

「太極拳ゆったり体操」は、喜多方市、福島県立医科大学、会津保健所が、介護予防を目的に共同で作成したもので、高齢者の体力向上への効果が検証・立証されており、太極拳未経験でも、体力に合わせて無理なく、楽しく、安全に行うことができる体操です。

高齢化社会に向けて知っておきたい体操として、品川区武術太極拳連盟では、今回、初めての講習会を催します。どうぞお誘い合わせの上、ご参加ください。

開催日：2013年9月16日(月・祝)

時間：13:00～16:00 (受付12:30より)

会場：ウエルカムセンター原スポーツ室

講師：松崎裕美先生(福島県喜多方市)

受講料：2,000円

申し込み締め切り：2013年9月2日(月)

申し込み先：品川区武術太極拳連盟事務局/ Fax. 03-5875-8438 ※事務局 fax.変更になっています。

メール / info@shinagawa-taiji.com

振り込み先：ゆうちょ銀行 10110-89065061 品川区武術太極拳連盟

※受講料は、申し込みと同時に振込ください。

問い合わせ：090-3535-0073 / 鈴木まで

《9月16日(月・祝) 太極拳ゆったり体操 講習会申込書》

※9月2日(月) 締め切り

氏名	連絡先 (tel.fax.メールアドレス など)	所属団体/教室名(あれば)

Fax. 送信先/03-5875-8438

