

太極拳特別講習会

太極拳体験講座

日時 6月4日(日)11:00～

☆ 場所 大和市文化創造拠点 シリウス601

☆ 持物 運動のしやすい服装・飲み物

♥一流講師による丁寧な指導で
太極拳の爽快感を体感しましょう！

●太極拳は気血の流れを良くし、体内バランスを理想的な状態に保つ機能を高めます。肩こり・腰痛・ストレス解消・美容・メタボリック・ロコモティブシンドロームなどに、様々な効果がみられます。

★お問い合わせ 太極拳プラチナ倶楽部

090-6005-7429