

見学・無料体験できます。



太極拳



ゆっくりとした動作で心身ともにすこやかに！

身体を動かすことが苦手な方、億劫な方にお勧めです。

ストレッチ、練功（中国式体操）なども取り入れています。

少人数のサークルですので、家庭的な雰囲気です。



サークル名 三ツ境みんなの太極拳

日時 月4回 水曜日 午前9時～12時

場所 ニツ橋南公園集会所

連絡先 携帯 090-1709-8771 久保田(18:00~21:00)