

# 太極拳

## アドバンスクラス

通常教室で実施している24式太極拳を更にレベルアップさせた「48式太極拳」クラスです。ご自身のペースで無理なく行え、気血の流れをよくし、身体機能を高め、体内バランスを理想的な状態に保ち、肩こり・腰痛・ストレス解消が期待できます!!



- 場所 柴原体育館 第2競技場
- 日 9/11,18,25,10/2,9,16,23,30  
11/6,13,20,27(全12回)
- 対象 高校生以上 ● 定員 55名
- 曜日:時間 金曜日 15:00~16:00
- 受講料 1期7,200円(税込)
- お申し込み方法

1次申込受付 (市内在住・在勤・ 在学の方のみ)	WEB受付 : 6/1(月)9:00~6/14(日)23:59
	来館受付 : 6/1(月)9:00~6/14(日)20:30
抽選結果	6/22(月)13:00 HP・館内掲示・お電話にて
入金期間	6/23(火)9:00~7/7(火)20:30

太極拳申込について、「金曜：太極拳(13:15~)」と「金曜：太極拳アドバンスクラス(15:00~)」の両方への抽選申込はできません。どちらか1つにお申し込みください。2次申込以降、定員に空きがある場合両方申込ができます。  
※ 2次申込受付は7月14日(火)より受付致します。

**新たなクラスに  
チャレンジしてください！**

