

新会員募集

太極拳で

体の内側から
きれいになろう!!

腰を落とし、ゆっくりした動作って
かなりハードよ

マスターしたら
技能検定を受けよう!



インナーマッスルで内臓強化

やせるかしら?
どうかな・・・

深い呼吸とゆっくりした動作の太極拳は
足腰のバランス感覚を養い、内臓の働きを活発にし、
ストレスを軽減します。

次の各教室は入会、見学随時行っています。

- ① 裾野市民体育館 火曜日 夜 19:00~20:30 問い合わせ 055-992-4884 (北嶋)
- ② 千福が丘町内会館 木曜日 午後 1:30~3:00 問い合わせ 055-993-4558 (小森)
- ③ 千福が丘町内会館 木曜日 夜 19:00~20:30 問い合わせ 055-993-8322 (虎尾)
- ④ 生涯学習センター 金曜日 午前 10:00~11:30 問い合わせ 055-995-0175 (江崎)

裾野市武術太極拳連盟

電話 055-993-8322(虎尾)