

よりよい健康ライフを目指して…

健康太極拳

対象：一般
定員：20名

ゆっくりした動きで血流を良くし内臓機能を高めます。
楽しく足腰を丈夫にして脳の動きも良くしましょう♪

日 時 毎月第2・第4金曜日
14:00～15:30

会 場 ゆり花会館 講堂

参加費 会員 400円 非会員 600円

指導者 NPO法人日本健康太極拳協会新潟県支部
五十嵐 麗子 先生
(健康太極拳 指導員)
河面 純子 先生
(健康太極拳指導員)

持ち物 内履き、飲み物、
タオル など

申込方法 申込用紙に必要事項を記入し
山北総合体育館窓口へ持参または
電話・メール・ファックス
下記QRコードで受付



問い合わせ



NPO法人悠遊さんぽくスポーツクラブ

Instagramの
フォローお願いします♪



SANPOKU.SPORTS

村上市府屋177-1
(山北総合体育館内)

TEL 77-2828 FAX 77-3996

MAIL sanpoku.sports@purple.plala.or.jp

※FAXで申し込みの方は確認のためお電話ください

キリトリ

健康太極拳 申込用紙

フリガナ		
氏 名		
住 所	〒 -	
日中連絡のとれる電話番号		<input type="checkbox"/> 会員 <input type="checkbox"/> 非会員

※個人情報は当クラブの事業案内等に使用させていただきます