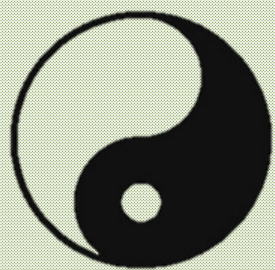


# 簡化

# 太極拳



## (24式・48式)



- 開催日 / 毎週木曜日  
※ご希望の日に 1回ずつ受講できます。
- 時間 / 9:30 ~ 10:30 (60分)
- 料金 / 1回 500円 ※別途入館料
- 持ち物 / 動きやすい服装 タオル 飲み物  
※シューズは薄い底のものの方が 動きやすいです。  
※シューズがなくても できます。
- 対象 / 15歳以上 (中学生を除く)

定員  
**25名**



中国国家制定拳  
**簡化太極拳**を練習します  
しなやかで力強く  
流れるように！！

講師※佐藤邦子

東松山市市民健康増進センター