



太極拳入門講座 青海

日 時： 11月7・14・21日(木) 10時～12時 (全3回)

場 所： 青海公民館 講義室

対象・定員： 18歳以上・10人(抽選) ※落選者にのみ連絡

内 容： 気を養い、気を整え、自己治癒力を高める
究極の健康法「太極拳」を誰でも優しく学
べる初心者向けの講座です。

講 師： 杉江満寿夫さん
(青海太極拳クラブ講師・NPO 太極拳養心会副理事長)

参加費： 無料

持ち物： 筆記用具・汗拭き・水分補給用飲料
※身軽な服装で参加ください。

申込期日： 10月29日(火) 17時

問合せ・申込先： 生涯学習スポーツ課 ☎0569-44-4600 ㊟43-8011



杉江講師

R6生涯学習スポーツ課協賛公開講座 「太極拳入門講座【青海】」 申込書

(ふりがな) 氏 名	()	年 齢	歳
住 所			
電 話			

※個人情報についてはこの講座以外では使用しません。