

見に来て身になる！ミニ体験講座

太極拳と剣の舞

体験
講座

100才まで美しく歩こう。

体幹を鍛え、怪我しにくい柔軟な体を。

9月24日(火) 六浦スポーツ会館

10:00~10:50 正しく、かっこ良く、太極拳

11:00~11:50 気持ち良く、美しく、剣舞

参加費 無料、剣の貸出無料

定員 15名(先着順)

申込 8月10日(土)より受付開始

090-9952-9998

hgfl1230@icloud.com

必要事項：氏名・電話番号

持ち物 動きやすい服、靴、
飲み物、タオル



講師 金沢区「街の先生」 力石 莉莉 上海出身

柳町太極拳 講師

中国ムーラン拳、扇、剣舞 講師

健美ダンス 講師

《主催》金沢区民活動センター