

令和7年度

太極拳教室

太極拳は、心とからだを芯から癒します。気血の流れをよくし五臓六腑全体の機能を高め体内バランスを理想的な状態に保ち、肩こり・腰痛・ストレス解消・集中力アップなどに大きな力を発揮します。

- 実施日 火曜日
令和7年 8月5日・26日
9月2日・9日・16日・30日
10月7日・14日・21日・28日
11月11日・18日

- 時間 10:00～11:30
- 会場 清水総合運動場 剣道場
- 講師 勝山道子 【日本武術太極拳A級指導員】
- 定員 20名
- 受講料 6,000円
- 対象 18歳以上の人（医師から運動を止められていない方）
- 持ち物 体育館シューズ（底の薄いシューズ）、タオル、飲み物
- 申込み 令和7年7月1日（火）9時40分 受付開始
清水総合運動場体育館窓口へお越しください。



※9時40分時点で希望者が定員を超えている場合は、その場で抽選を行います。

1人1名分、代理申込は18歳以上の方に限ります。

※定員に達しない場合の申込み締切りは9月30日（火）です。

※7月20日（日）20時までに申込人数が最少催行人数（5人）に満たない場合、休講とさせていただきます。

※「スポーツ教室のきまり」をご覧ください。

※開始時刻2時間前（AM8:00）から終了時刻の間に、静岡市南部に【大雨・洪水・暴風・津波】警報のうち、いずれか1つでも発表された場合は中止となります。

- 問合せ 静岡市清水総合運動場
〈指定管理者：（公財）静岡市スポーツ協会〉 TEL：054-334-5049

【主催】

【公式Xアカウント】

