令和7年度　第3期

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。

■　開催日　　**１２月 ／ ２日・９日・１６日**
１月 ／ １３日・２０日・２７日
２月 ／ ３日・１０日・１７日・２４日
３月 ／ ３日・１０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　　体育館ｼｭｰｽﾞ（底の薄いｼｭｰｽﾞ）、タオル、飲み物

■　申込み　　令和７年１１月５日（水）９時３０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３０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令和８年1月31日（土）です。
※11月20日（木）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く場合があります。
※「スポーツ教室のきまり」をご覧いただきご参加ください。
※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教室が中止となります。

■　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】
公益財団法人
静岡市スポーツ協会

【公式Xアカウント】