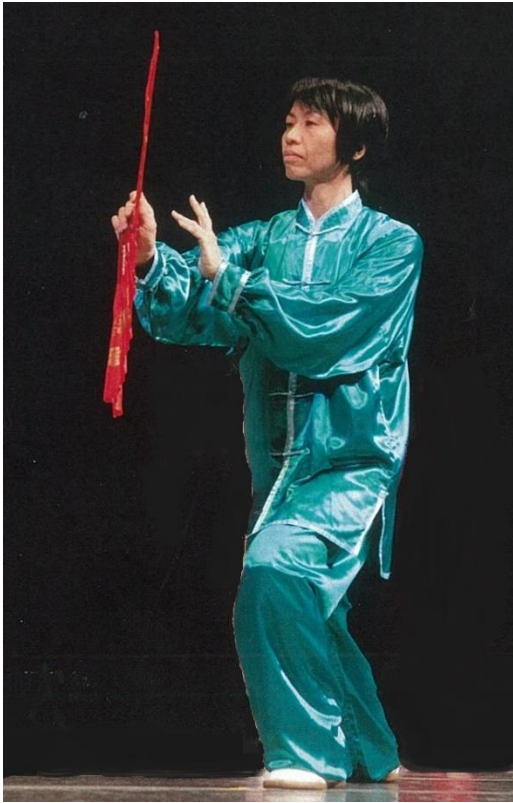

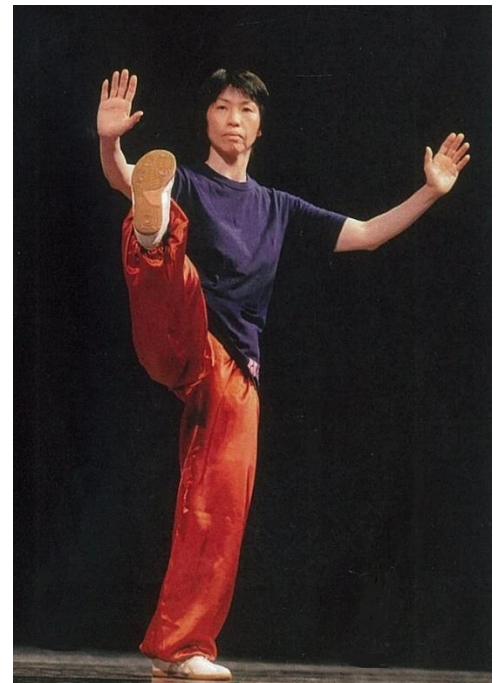
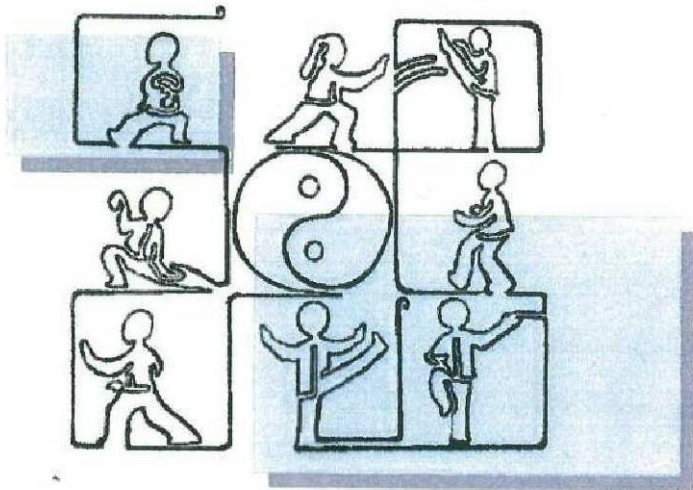


講座 ジャンル	太極拳	教員名	もりかわ きくの 森川 喜久乃
------------	-----	-----	--------------------



いつでも  
どこでも  
誰にでも

- 「はじめよう太極拳」では伝統楊式太極拳の一段を、  
「ゆるやか太極拳」「ゆったり太極拳」では、楊名時健康太極拳を練習します。
- \* ゆっくりと動いて少しずつ足腰も丈夫になっていきます。
  - \* だんだん変わってくる体の変化を感じてみませんか？
  - \* 動くことを楽しみながら心も体も元気になりましょう。