

やさしい太極拳



令和元年
夏期日程表

(楊名時太極拳)

7月

日	月	火	水	木	金	土
	1 休館	2	3	4	5	6 ①
7	8 休館	9	10	11	12	13 ②
14	15	16 休館	17	18	19	20 ③
21	22 休館	23	24	25	26	27
28	29 休館	30	31			

受講料 全10回 新規 8,000円
継続 7,000円
単発(1回) 1,000円

土曜日 10:30~12:00

太極拳は中国に伝わる健康体操です。
滑らかな動きで全身の筋肉を鍛え
深い呼吸で身体の心も健康に美しく、
それが太極拳です。

体調に合わせて
無理なくゆっくりと・・・
心静かに
平らかに・・・
生きることは
動すること・・・



小西 師範

8月

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3 ④
4	5 休館	6	7	8	9	10 臨時休館
11 臨時休館	12 臨時休館	13 休館	14	15	16	17 ⑤
18	19 休館	20	21	22	23	24 ⑥
25	26 休館	27	28	29	30	31

9月

日	月	火	水	木	金	土
1	2 休館	3	4	5	6	7 ⑦
8	9 休館	10	11	12	13	14 ⑧
15	16	17 休館	18	19	20	21 ⑨
22	23	24 休館	25	26	27	28 ⑩
29	30 休館					

「夏期スクール」受講料

ゆうちょ引き落とし日は

「7月1日(月)」です。

変更・退会の際は

「6月16日(日)」

までに受付にて

お手続き願います。

- 持ち物『運動ができる服装・運動靴(上履き)・タオル・水分補給飲料』
- レッスン開始10分前までにお越しください。
- 場所は「スポーツジム」内のスタジオにて実施いたします。
- お越しになられたらスポーツセンター受付にて、受講証を提出ください。
- 皆出席されますと皆勤賞がございます。
- 補講制度がございますが、必ず担当講師へお申し出ください。
※今期欠席分を他のレッスン曜日に振り替えて受講が可能です。
ただし、皆勤の対象外になりますのでご了承ください。
- レッスン時間前後のプール・採暖室・ジム等の一般利用には別途利用料が必要になります。
- その他、ご不明な点がございましたら職員にお尋ねください。

【お問い合わせ先】 竜王町総合運動公園内ドラゴンスポーツセンター

TEL: 0748-58-3173

ブログQRコード

