

健幸太極拳

平成30年度
秋期日程表

10月

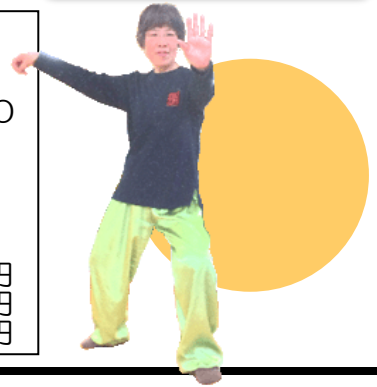
日	月	火	水	木	金	土
	1 休館	2	3	4	5	6 ①
7 休館	8 祝日	9 休館	10	11	12	13 ②
14	15 休館	16	17	18	19	20 ③
21	22 休館	23	24	25	26	27 ④
28	29 休館	30	31			

○ 土曜日
10:30~12:00

○ 受講料

全10回

新規単 8,000円
続発 7,000円
単発 1,000円



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
身体の内も健康に美しく、それが太極拳です。
体調に合わせて、無理なくゆっくと・・・
心静かに、平らかに・・・
生きることは、動かすこと・・・

11月

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

12月

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

次回「冬期」
受講料引き落とし日
「1月4日(金)」
変更・退会の際は
「12月16日(日)」
までに受付まで
お申し出ください。

- 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。
- 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

