

総合型地域スポーツクラブ 至誠館クラブ

# 太極拳教室



## 令和2年4月新規開講！

だれでも気軽にはじめられる太極拳で心地良い音楽と一緒にカラダを動かしませんか？

ゆったりとした動きで無理なく、ストレッチと初心者向けの太極拳の動作で楽しく開催いたします。

今まで太極拳をしたことがない方、興味はあっても見る機会がなかった方など講師による表演武もあるので是非、お気軽にお越しください。

★こんな方にオススメです★

- 無理なく運動、ストレッチしたい方
- 太極拳に興味のある方、見てみたい方
- 新しい趣味や友人との交流を持ちたい方



### 総合型地域スポーツクラブ

- ◆スポーツ推進に係る県民運動スローガン  
「スポーツで創ろう みんなの元気 山口県」
- ◆山口県総合型地域スポーツクラブキャッチコピー  
「みんなでつくる！気軽に楽しむ！  
総合型地域スポーツクラブ」

※詳細・お申込み方法は裏面をご覧ください。

## 太極拳教室 開催要項

|        |   |
|--------|---|
| 主催     | 総合型地域スポーツクラブ 至誠館クラブ   |
| 協力     | 至誠館大学   |
| 講師     | 小林富（こばやしとみい）  |
| 開催日時   | 2020年4月18日、5月16日、6月20日、7月18日<br>（4月～7月の毎月1回 第3土曜日）15:00～16:00 |
| 場所     | 至誠館大学リトミック室   |
| 内容     | はじめての太極拳教室<br>※初心者向けの24式太極拳を中心としたクラスです                        |
| 対象     | 県内在住の方  |
| 募集定員   | 20名程度   |
| 服装     | 動きやすい服装   |
| 持参するもの | 上履き ※室内で運動できる靴  |
| 受講料    | 1回1,000円（保険料等）  |

---

---

### お問い合わせ・お申し込み先

お問い合わせ・お申し込みは、電話またはメールにて受け付けます。  
〒758-8585 萩市椿東浦田5000番地 至誠館大学事務局  
TEL：0838-24-4000 メール：s.club@shiseikan.ac.jp

メールでのお問い合わせ・お申し込みの際は、  
①氏名、②性別、③生年月日、④電話番号  
を明記してください。

締め切り 各回の1週間前の金曜日

※定員に達した場合、期日前に締め切ります。

至誠館クラブ  
Facebook ページ



至誠館大学 HP

