

太極拳 講習会



2018年度 1学期

太極拳は気血の流れを良くし、五臓六腑、全体の機能をたかめ、肩コリ、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。

ゆったりとした動きは、忙しい日常から、心と体を解放し、芯から癒します。

太極拳で、若さと健康を手に入れましょう！ ぜひ一緒にどうぞ。

講 師	藤田義子（南沢方面、楊名時太極拳師範）	
講 習 日	4/11、4/25、5/9、5/23、6/6、6/20、7/4、7/18 全8回 <u>水曜日</u> 午後 1:30~3:00	
会 場	東京第一友の家 1階 研修室IB	
講 習 費	6,000円（全8回分前納）	お支払後の返金はできません ご了承下さい
入 会 金	1,000円（新規の方のみ）	体験受講 1回 800円
定 員	約20名 全回出席できない方は1回800円ずつのお支払いも可	
申 込 方 法	友の家へ直接電話、FAX、メールなどでお申し込みください。 TEL: 03-3971-9602（平日 10:00~15:30 木・土・日・祭日休館） FAX: 03-3971-6495（24時間受付） E-mail: dai1tomo.kousyukai@gmail.com	

～ 太極拳ショートバージョン ～ ご好評にお応えして1学期も開催します！

火曜日 午後 3:10~3:40

5/29、6/12、6/26、7/10、7/17 の5回

1回 500円（事前申し込みの必要はありません）

（日程変更の場合はホームページでお知らせします）

太極拳講習会申込み書

2018年度1学期の太極拳講習会に
円そえて申込みます
（新規・継続）

氏名 _____

一般 会員(方面) _____

電話 _____

住所 _____

太極拳講習会 領収書

_____様

_____円 領収しました

_____年 月 日

東京第一友の会