

太極拳 講習会



2019年度 3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 2020年 1/15、29、2/5、12、19、26、3/4(2/19の振替)
全6回 水曜日 午後 1:30～3:00

会 場 東京第一友の家 1階 研修室1B

講 習 費 4500円（全6回分前納） お支払後の返金はできません ご了承下さい

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

太極拳講習会 申込書

2019年度3学期の太極拳講習会に

_____円そえて申し込みます

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