



太極拳



2026年度日程表

月	第2月曜日	第4月曜日
4月	13日	27日
5月	11日	25日
6月	8日	22日
7月	13日	27日
8月	10日	24日
9月	14日	28日
10月	12日	26日
11月	9日	23日
12月	14日	28日
2027年 1月	11日	25日
2月	8日	22日
3月	8日	22日

日 時：毎月第2・4月曜日

13:00~15:00

場 所：新子安地域ケアプラザ

多目的ホール

会 費：1回500円

対 象：40歳代~

【太極拳の特徴】

- ★呼吸に合わせてゆっくりと柔らかく動きます。
- ★途切れることなく同じ速さで動き続けます。
- ★だれでもできます。

