



太極拳



2025年度日程表

月	第2月曜日	第4月曜日
4月	14日	28日
5月	12日	26日
6月	9日	23日
7月	14日	28日
8月	11日	25日
9月	8日	22日
10月	13日	27日
11月	10日	24日
12月	8日	22日
2026年 1月	12日	26日
2月	9日	23日
3月	9日	23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。



お問い合わせ：新子安地域ケアプラザ（担当：地域交流） ☎045-423-1701