

2019年度 仙台市泉総合運動場 主催

【火曜日・50分エクササイズ】

太極養生功



◆ 内 容 ストレッチと深呼吸でリラックスし、ゆったりとした音楽にあわせて入門太極拳と簡化24式太極拳を楽しみましょう。

◆ 日 程

1月	14・※21・※28
2月	4・18・25
3月	3・10・17・24

◆ 時 間 10:30～11:20

◆ 会 場

弓道場控室

※21・※28は、剣道場にて開催。

◆ 定 員

25名

◆ 講 師

藤原 智恵 先生

◆ 受 講 料

7,500円

◆ 準 備 物

運動着・室内用シューズ・汗拭きタオル・ドリンク

◆ 申 込 み

【新規申込方法】 NET(SPFプログラムサーチ)・窓口【先着順】

【新規支払期間】 12月20日(金)～1月7日(火)



指定管理者(2021.3.31まで)
(公財)仙台市スポーツ振興事業団
Sendai City Sports Promotion Foundation
仙台市泉総合運動場