

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のぐらサチ)・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