

当日申込

# 気功体操 & はじめて太極拳



転倒防止、心肺機能向上、リラックス効果が得られます。

太極拳がはじめての方を対象としたクラス。

- ・マスクの着用を(教室中を含む)必ずお願いします。
- ・手指消毒にご協力ください。
- ・換気の為、定期的または常時、窓や扉を開けます。  
必要な方は上着等お持ちください。
- ・他の方と十分な間隔の確保を(1~2m)



土曜日開催

担当：舟木

日程	12月	1月	曜日
	5・12・19・26	9・16・23・30	土曜
時間	14:00~15:00 (60分間)		
場所	西楽園 2階 会議室2・3		
定員	20名 (先着順) 18歳以上の方 (高校生を除く)		
料金	1回 500円 ※教室前1時間と教室後1時間以外にも施設ご利用の場合は別途利用料金が必要となります。		
受付	西楽園 事務所窓口にて開館(9時)より受付開始 先着順。定員になり次第締め切りとなります。		
持ち物	マスク・タオル・フタが閉まる飲み物(ビン・缶以外)		
備考	他の方の代理手続きは出来ません。 指導員の都合により開催日の変更が発生する場合があります。 教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。		

当日申込

# 気功体操 & 簡化24式太極拳



転倒防止、心肺機能向上、リラックス効果が得られます。

太極拳経験者を対象としたクラス。

- ・マスクの着用を(教室中を含む)必ずお願いします。
- ・手指消毒にご協力ください。
- ・換気の為、定期的または常時、窓や扉を開けます。  
必要な方は上着等お持ちください。
- ・他の方と十分な間隔の確保を(1~2m)



土曜日開催

担当：舟木

日程	12月	1月	曜日
	5・12・19・26	9・16・23・30	土曜
時間	15:30~16:30 (60分間)		
場所	西楽園 2階 会議室2・3		
定員	20名 (先着順) 18歳以上の方 (高校生を除く)		
料金	1回 500円 ※教室前1時間と教室後1時間以外にも施設ご利用の場合は別途利用料金が必要となります。		
受付	西楽園 事務所窓口にて開館(9時)より受付開始 先着順。定員になり次第締め切りとなります。		
持ち物	マスク・タオル・フタが閉まる飲み物(ビン・缶以外)		
備考	他の方の代理手続きは出来ません。		
	指導員の都合により開催日の変更が発生する場合があります。		
	教室開始後の返金は致しかねますので予めご了承ください。		