

# 太極拳 教室

太極拳とは、中国古来の伝統武術で、  
気血の流れを良くし、新陳代謝を活発に  
して、基礎代謝を高めてくれます。  
現代人はストレスが多く自律神経等も乱  
れがちです。太極拳は、精神的にリラッ  
クス状態にし、免疫力を高め体の修復が  
どんどん進むといわれています。

令和8年4月24日～5月29日(金曜日)

場所： グリーンスポーツセンター みつぼの花

料金： ￥3,600 全6回

曜日： 金曜日

時間： 10:00～11:30 (90分)

対象： 男女問わず 15名

申込： 令和8年3月27日(金)～

11時30分～来場受付 先着順

講師 渡部 春美 先生

公益社団法人日本武道太極拳連盟 5段  
公認A級指導員  
てしま総合型0-ズクラブ 太極拳指導員  
豊中自主太極拳の会指導員



お問い合わせ先  
グリーンスポーツセンター  
〒561-0824  
豊中市大島町3-9-2-1

TEL: 06-6398-7391

阪急神戸線  
「神崎川」駅  
北西へ約1,000メートル

無料駐車場有



奥アンツーカー株式会社



体育施設H・P



instagram

GRESPOPIA  
TOYONAKA



grespoH・P

