

主催 豊中市
奥アンツーカ株式会社
令和8年度 第3期（8-9月）

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8月21日～9月25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7月31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



奥アンツーカ株式会社



体育施設H・P



instagram

GRESPOPIA
TOYONAKA



grespoH・P

