

こころレクリエーション

太極拳

講師 福原 宏子先生

日本健康太極拳協会 道南地区長

開催日：1月21日(土) 10:30~11:30

場 所：亀田交流プラザ2階 交流スペース

対象者：函館市在住60歳以上の方

(高齢者コーナーにご登録のある方)

定 員：15名様

お申し込み期間：1/4(水)9時~1/10(火)12:00まで

お申し込み方法が
変わりました!

2階高齢者コーナー受付でお申し込みください。
応募多数の場合は抽選をさせていただきます。

当選者発表：1/12(木)2階掲示板、ホームページにて、
利用券の番号で掲載いたします。

お問い合わせ☎：0138-86-6827

ふらつかない!
つまづかない!

太極拳で鍛えよう!

【持ち物】マスク着用、水分補給用のお飲み物、タオル。
動きやすい服装、運動靴でお越しください。



これからご登録される方
(函館市在住60歳以上
の方)は、高齢者コーナー
へお問い合わせ下さい。

初心者対象・無料です

亀田交流プラザ 高齢者コーナー