

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：3月18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：20名(応募多数の場合は抽選いたします。)

お申し込み期間：3/1(水)~3/7(火)

お控えをお渡ししますので、必ず2階高齢者
コーナー受付でお申し込み手続きを、お願い
致します。応募多数の場合は抽選となります。

当選者発表：3/9(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】水分補給用のお飲み物、タオル、
運動靴、マスク着用(状況により
変更になる場合があります。)
動きやすい服装でお越しください。

初心者対象・無料です

亀田交流プラザ 高齢者コーナー