

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：令和6年9月21日(土)・11月16日(土)
2回セット

時間：各日10:30~11:30

場所：2階 交流スペース

対象者：函館市在住60歳以上の方で、
高齢者コーナーにご登録のある方

定員：24名

申込：9/1(日)~9/7(土)までに

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いたします。

当選発表：9/12(木)2階受付前、ホームページにて
利用カードの番号で掲載いたします。



ふらつかない! つまずかない!
転ばない!
太極拳で鍛えよう!

【持ち物】

水分補給用のお飲み物、タオル。

動きやすい服装、運動靴で

お越しください。

初心者対象・無料です

お問い合わせ
高齢者コーナー
直通電話番号
86-6827