

講座名	太極拳 水曜会
団体の目的	準備運動及び太極拳を行うことで転倒予防と骨折予防につなげ心身の健康維持に役立てる
活動内容	準備運動から始まり、練功・太極拳 24 式までを行う
活動日	毎週水曜日 午前 10 時～午前 11 時 30 分
講師	村山 正夫さん
問合せ先	090-7186-3505 (村山)
会費	月額 1,500円
会員数	6名

