



山口きらら 太极拳教室

＼全6回のコースです！／



太極拳は身体をほぐす柔軟体操、ストレッチとしての効果があります。ゆっくりと身体を動かすことでの、体幹、全身持久力、バランス能力など、たくさんの運動効果を得ることができる運動です！

日程

令和8年

① 2月10日 ② 2月17日 ③ 2月24日
④ 3月3日 ⑤ 3月10日 ⑥ 3月17日
火曜日 全6回 14:00 ~ 16:00

講師

美間 芳正 先生

場所

やまぐち富士商ドーム内 3階 コミュニティールーム

料金

6,000円（税込）

募集期間

令和8年1月20日(火)～令和8年2月9日(月)
※定員に達し次第締め切ります。

申込方法

電話・来園・申し込みフォームにてお申し込みください
※定員15名
※妊娠、怪我をされている方はご遠慮ください