

中国伝統太極拳体験講座

講師：糸数 静代（いとかず しずよ）氏

日時：2月11日、18日、25日 3月4日

（毎週土曜日14：00～16：00）

場所：名護中央公民館 大和室

定員：20名（小学4年生以上）

持ち物：足の曲げ伸ばしできる服装（ジーパン等NG）、

タオル、マスク、飲み物

※4回受講参加可能な方を優先とします。

1回のみでの参加の方は受付の際、要相談

※幼児同伴での参加はご遠慮ください

申込期間：1月16日（月）～2月9日（木）

申込・問い合わせ先 名護中央公民館

Tel 0980-53-5428（平日 午前9時～午後5時）

参加費
無料

初心者大歓迎！
新しい趣味を
始めてみませんか？



・体を支える力づくり

・足を上げる力づくり

・平衡（バランス）を

保つ力づくり

※コロナ渦の状況により講座が延期や中止になることがあります。

※当日発熱や体調不良の方は講座への参加をご遠慮ください。