

太極拳教室

～初心者の方も安心♪
体力に合わせて無理なく健康増進しましょう！～

- ◆プライベート太極拳(60分)
- ◆1教室1,000円／名
- ◆定員5名
- ◆開催日時
月・火・木・金／8:30～10:00
※完全予約制

体験教室実施中 500円／回(要予約)



〈講師〉 沼田 憲吾
◆東洋身学研究会
◆自力整体術代表講師
◆功道式太極拳師範

気の通りが良くなれば体力・免疫力もアップし若返り効果も♪
「太極拳をしてみたいけどできるか不安」という方におススメです。少人数での教室なので、不安なく取り組みます。

《問い合わせ先》

ライズトレーニングセンターアクティブ (担当;沼田)

宗像市東郷127-1

月曜日～土曜日 10:00-17:00

電話 **0940-72-4245**

お気軽にお問い合わせください