

# 健康太極拳 木曜日

ゆるやかな動きと深呼吸により、心の静けさが得られ体を内面から整えます。  
運動が苦手な方も無理なく続けられます。



第 2・4(木):11:15~12:35

受 講 料: 2,268 円(税込)

教 材 費:

講 師: 桑折 真由美 先生