

# 健康太極拳



火曜日

13:30～15:00

受講料 4,320 円

持参品 動きやすい服装  
(裸足でやります)

講師 織田 朱

(楊名時太極拳準師範)

無理しない、焦らない、  
比べない。

頑張らない太極拳で心  
も体も元気になります。

ロコモ予防に最適です♪

お問合せ・お申込み

コープさっぽろシーナ店 2F シーナ文化教室

旭川市永山 3 条 15 丁目 ☎47-9270