団体紹介資料

ふりがな 団体名	神崎太極拳
活動内容	太極拳を通して呼吸法、体幹強化など体力作り。 公民館祭りへの参加　市の健康展での出演
団体及び活動内容のＰＲ	太極拳は気功太極拳とも呼ばれ気の流れ（呼吸法）を整える八段錦をはじめ太極拳二十四式、独特の重心を低くして動く体操により体幹を強くして転びにくい体作りを目指します。 又、音楽に合わせゆっくりとした中国式体操（練功）で無理をしない全身の筋肉運動をします。
実施場所	駄知公民館
実施日	木曜日
実施時間	午後７：３０～午後９：００
団体の登録者数	１０人
会費	有（　１人　あたり　1,300　円）　・　無
講師名	神崎　幸代
問合せ先	氏名　大脇　恵子　　電話番号０５７２－５９－２０２９

※当資料は窓口での縦覧及び市ホームページに掲載し公開します。