

初めての

# 太極拳体験教室 参加者募集

アクロス市民活動支援事業

太極拳は中国古来の武術を基にしていますが現在は「健康体操」として普及しています。

このたび、初心者を対象に1日体験教室を下記のとおり開催いたします。

年齢性別に関係なくふるってご参加下さい。

日時 平成24年10月1日(月) 午前10時 ~ 11時30分

場所 大東市立生涯学習センター アクロス4階

内容 初心者を対象に入門太極拳および練功18法

受付期間 9月3日(月) ~ 9月20日(木)

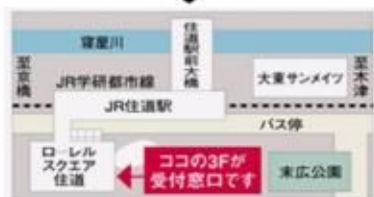
定員 先着15名 ※用意するもの:体操のできる服装、タオル、飲み物、上靴(有れば)

参加料 無料

申込み 太極拳サークルアクロス 090-4561-4853 (元山)



## アクロス地図



10月の活動予定日は以下の通りです。  
体験教室に参加できなかった方で、見学をご希望の方は、都合の良い日にお越し下さい。  
お待ちしております。

10月						
日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	31			

10月4日、18日(木):多目的室B AM10:00~11:30

10月15日、22日(月):多目的室B AM10:00~11:30