

# いきいき太極拳

～ 太極拳で健康寿命を伸ばそう～



稲敷市東地区文化協会 東太極拳倶楽部が  
楽しく講座を開きます



開催日：令和6年2月8日（木）、2月22日（木） 全2回

場所と時間：あずま生涯学習センター研修室 13:30から

募集対象：一般（高齢者歓迎）の方を10人 ※先着順

※参加者が極少数の場合、中止とする場合があります。

受講時間：1回あたり2時間ほど

準備物：なるべく靴底が平らな運動靴・ゆったりとした服装

水分補給用飲料水・マスク

参加費等：無 料

参加方法：下記の参加申込用紙に記入し、FAX・郵送・または

あずま生涯学習センター窓口へご提出ください。

お申込期日：令和6年2月4日（日）

-----参加申込-----

ふりがな

お名前

ご年齢

ご住所

電話番号

申込先：稲敷市あずま生涯学習センター（稲敷市佐原組新田1596）

電話番号：0299-79-0053

FAX：0299-79-1793