


団体紹介カード

(令和 7 年 6 月 20 日 記入)

29

団体名	むさしの太極拳クラブ		ジャンル	体操
活動内容 ※具体的に	準備動作をして24式太極拳、その後健康講義、24式太極拳そして整理動作で終了です。動きやすい服装で、周りの人たちの動きを真似て動いてください。徐々に慣れます。呼吸は鼻で深く長く行います。血行が良くなります。			
活動日時	毎週日曜日 9:30～11:00 但し、8月と年末年始期間は休みです。			
活動場所	昭島市総合スポーツセンターが主になりますが、玉川会館、富士見会館、武蔵野会館を使うこともあります。			
会費	12回で6,000円、初回は無料体験になります。			
会員数	20名 (男 : 8名 女 : 12名) 主な年齢層 : 70代			
会員募集	時期 : 随時募集 条件 : 誰でも			
入会方法	電話 連絡のつく時間帯 : いつでも			
				
代表者名	小町晴久			
電話	090-6314-2318	FAX		
メール				
備考				

活動について

前半30分 健康講義30分 後半30分です。

QRコード

HPアドレス

SNS
ユーザー名

：
：

自由記述欄

