

豊成健康倶楽部

心も身体も清らかに

健康太極拳

新規受講生募集（4月～6月）

3月15日（日）10時～新規受付開始！！



1) 受付期間 **◆継続受付締切日 3月14日（土）まで**

●受付期間中でも定員になりしだい締め切らせて頂きます。

2) 申込方法

●申込書に必要事項を記入し、参加料を添えて直接プールの事務所へ申し込んで下さい。

※原則として一度、納めた参加料は返金できません。

健康太極拳の領収書は教室が終了するまで保管して下さい。

※参加人数によっては教室を中止にする場合がございます。

その際は返金を致します。



3) 申込記載事項

●教室名・氏名・性別・年齢・生年月日・住所・電話番号・健康状態について、申込書の表裏太線の中だけ黒色ボールペンで記入をお願い致します。

4) その他

●特に心臓病・伝染病・その他健康を害している方の参加はご遠慮下さい。

●健康については自己管理し、決して無理はしないで下さい。

なお、開講中の事故については応急処置を行います、それ以上の責任は負いません。

（傷害保険料と消費税は参加料に含まれています）

●天候等によりやむを得ず教室が中止になる場合は豊成温水プールHPにてお知らせ致します。

講師：中林 さつき先生
NPO法人 日本太極拳協会師範
NHK文化センター講師

1期 (4月~6月)

教室名	曜日/時間		クラスポリシー	対象	定員	回数・参加料
健康 太極拳	木	10:30~ 11:45	呼吸を整え、柔らかくゆっくりとした動きの中で頭も身体もリフレッシュし、年齢にとらわれることなく、体力に合わせて気楽に参加いただけます。初心者の方も大歓迎です。	18歳 以上	20 名	12回 (週1回) ¥11,880 (税込)

※教室は裸足で行います。シューズは使用しません。

	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目	8回目	9回目	10回目	11回目	12回目
太極拳	4/9	4/16	4/23	4/30	5/7	5/14	5/21	5/28	6/4	6/11	6/18	6/25



- ≪ **準備物** ≫
- 飲み物 (水・お茶・スポーツドリンク)
 - タオル (汗拭き用)
 - 運動しやすい服装

