

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 (7月~9月)

6月21日(日) 10時~新規受付開始!!



1) 受付期間 ◆継続受付締切日 6月20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。
- 開催から1ヶ月以上経過してしまうとその期は参加することができません。(レッスンの進行のため)

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

2期 (7月~9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。

太極拳	1回	2回	3回	4回	5回	6回	7回	8回	9回	10回	11回	12回
	7/2	7/9	7/16	7/23	7/30	8/6	8/20	8/27	9/3	9/10	9/17	9/24

《 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

