

塩川太極拳愛好会

年と共に足腰が衰え出歩くのも容易でなくなり会話も少なくなってきました。この問題を解消するのにぴったりなのが太極拳です。全身運動で健康維持、覚えることで脳の活性化、話すことでストレス解消が考えられます。

是非見学に来て下さい。待ってます。

- ◆活動日時 月3回 土曜日9時30分～11時30分
- ◆活動場所 塩川公民館 多目的ホール
- ◆会費 年額 円
- ◆連絡先 ☎(0241) 27-3037 (担当：高畠 猛)