

太極拳クラブ



45期生, 46期生募集

太極拳の動きが日常の**転倒防止に役立つ**ことが報告されています



ゆっくり動く

柔らかい動きとゆっくりとした呼吸で
心と体を健康に鍛えましょう！

- ☆ 練習日： 毎週月曜日 13:00~14:30
- ☆ 会 場： 宇都宮市体育館など（次ページ参照
いつでも自由に見学に来てください。）
- ☆ 服 装： 運動のできる服装（室内履き要）
- 【会 費】 ・ 入会金1,000円 ・ 月会費1,000円
- 【連絡先】： 部長 小野 浩



★学校祭での演武

初心者
大歓迎！



太極拳クラブ 練習スケジュール (2025年)

練習時間 13:00~14:30

10月

6	月	宇都宮体育館メインホール（半面）
13	月	上河内体育館
20	月	宇都宮体育館メインホール（半面）
27	月	宇都宮体育館メインホール（半面）

11月

3	月	上河内体育館
10	月	宇都宮体育館メインホール（半面）
17	月	宇都宮体育館メインホール（半面）
24	月	上河内体育館