

水曜日にリフレッシュ!

東京第一友の会 2017.3

# 太極拳講習会

太極拳講習会 2017年度 1学期

太極拳は気血の流れを良くし、五臓六腑、全体の機能をたかめ、肩コリ、腰痛、ストレス解消、集中力アップなどに大きな力を発揮します。

ゆったりとした動きは、忙しい日常から、心と体を解放し、芯から癒します。太極拳で、若さと健康を手に入れましょう! ぜひ一緒にどうぞ。

体験受講は一回 800 円です! 太極拳のゆったりとした動きを体験して下さい。

講師 藤田義子 (南沢方面、楊名時太極拳師範)

開講日 2017年4月12日(水) 全8回水曜日

講習日 【4月】12日・26日 【5月】10日・24日  
 【6月】14日・28日 【7月】5日・12日

講習時間 午後1:30~3:00

会場 東京第一友の家 1階 研修室IB

講習費 6,000円 (全8回分前納) お支払後の返金はありません ご了承下さい

入会金 1,000円 (新規の方のみ) 体験受講 1回 800円

定員 約20名

申込方法 友の家へ直接電話、FAX、メールなどでお申し込みください。  
 TEL: 03-3971-9602 (平日 10:00~15:30、木・土・日・祭日休館)  
 FAX: 03-3971-6495 (24時間受付)  
 E-mail: dailtomo.kousyukai@gmail.com

## 太極拳講習会申込書

2017年度1学期の太極拳講習会に  
円そえて申込みます  
(新規・継続)

氏名 \_\_\_\_\_

一般 会員(方面) \_\_\_\_\_

電話 \_\_\_\_\_

住所 \_\_\_\_\_

## 太極拳講習会 領収書

\_\_\_\_\_様

\_\_\_\_\_円 領収しました

年 月 日

東京第一友の会