

令和8年度 太極拳教室(後期) 開催要項

1. 趣 旨 力を使わない柔らかい動きと、ゆっくりとした呼吸の全身運動で、心身の健康増進を図る。
2. 主 催 一般財団法人 秋田県総合公社
向浜スポーツゾーン総合事務所(武道館)
3. 期 日 令和8年9月17日、24日、10月1日、8日、15日
全 木曜日 計5回
4. 時 間 10:00～11:30
5. 会 場 秋田県立武道館(小道場)
6. 対 象 一般
7. 募 集 定 員 20名
8. 参 加 料 3,500円(消費税込み・入館料・保険料含みます)
9. 講 師 菅原 江美子(日本武術太極拳連盟5段, A級指導員)
10. 内 容 太極拳の基本等
11. 申 し 込 み (1) 申込方法
(ア)お電話でお申し込み頂き、参加可能となりましたら参加料を納入してください。
(イ)参加料は秋田県立武道館に直接納入してください。(教室初日でも可)
(2) 受付期間 8月10日(月)～ 9月16日(水)
※ 受付時間 毎日 9:00～17:00
(3) 申込先 一般財団法人秋田県総合公社
向浜スポーツゾーン総合事務所(武道館)
〒010-1623 秋田市新屋町字砂奴寄 2-2
TEL 018-862-6651 FAX 018-896-6433
12. キャンセル 教室開催日までにご連絡ください。
※納入した参加料の返金はできませんので、あらかじめご了承ください。
13. 服装・携行品 内ズック、動きやすい服装(チャック付きの服は床を傷つけるのでご遠慮ください)
※着がえ、飲み物等
14. 注 意 事 項 (1) 基本的感染予防対策の三密回避を行うと共に、うがい・手洗い等を行ってください。
(2) 体調のすぐれない方は、当日の教室参加をお控えくださいますようお願いいたします。