

三幸アリーナ (泉南市立市民体育館)

太極拳 強度★☆☆☆ 難易度★☆☆☆

太極拳はゆっくりとした動作のため、個人の能力や年齢に関わらず
広範囲の方に楽しんでいただけるエクササイズです。

数々の競技実績を持ち、指導経験豊富な『家門 由美』インストラクター
がご指導いたします。

健康維持、増進のため、ぜひこの機会に太極拳を始めてみませんか！



体験会開催 要予約

【日程】4月4日・18日(金) 11:15~12:15

【場所】泉南市立市民体育館 【定員】20名 【参加料】無料

| 教室名 | 曜日 | 時間 | 対象 | 定員 | 参加費 |
|-----|----|---------------------|-------|-----|--------------------|
| 太極拳 | 金 | 11:15) 12:15 | 16歳以上 | 20名 | 5月~6月 5,000円/5回 |



【講師】
家門 由美

【経歴】

2011年~2024年

全日本武術太極拳選手権大会 入賞

2022年~2024年

国民スポーツ大会武術太極拳競技 第1位

