

気功で心と身体を元気にする

楊名時太極拳教室



ゆったりした動きと呼吸法で
心身をリラックスさせ 新陳代謝を活発にし
自分の身体と対話してみませんか！

心を込めて、深い呼吸とともに
身体を動かしています

ご気楽に見学をどうぞ

練習日	練習時間	練習場所
毎週水曜日	20時～21時半	喜入公民館 3階 研修室
月2回月曜日	13時半～15時半	道の駅マリンプア喜入 2階 和室
月2回金曜日	10時～12時	県民交流センター 5階 絵画制作室

～ 連絡及び問い合わせ先 ～

楊名時太極拳

師範 中村浩美

TEL 099-345-0389

090-8221-9092