

一〜三月度教室開催

# 太極舞教室



## ■太極舞教室とは・・・

太極拳、中国の伝統武術や民族舞踊を取り入れたフィットネスプログラムです。体力向上・バランス能力向上・ストレス発散などの効果が期待されます

- 開催 2026年1月6日～3月24日 毎週火曜日
- 時間 12時45分～13時30分 ■定員 10名/回 ※定員になり次第、受付終了いたします
- 対象 成人以上の男女
- 受講料 1,280円/1回受講 4,870円/4回受講 7,130円/6回受講  
※3か月の回数券制です。1～3月度のうち申込回数をご受講できます
- 開催場所 勤労者総合福祉センター内スタジオ
- 持ち物 タオル、水分補給用飲み物 ※動きやすい服装でお越しください。室内シューズは不要です
- 申込開始 12月2日(火)12:00～
- 申込方法 施設設置の申込書に必要事項をご記入のうえ、受講料を添えてお申込みください  
講習開始日以降のキャンセルは、参加費全額をお支払いいただきます。予めご了承ください

## 1月度紹介特典キャンペーン開催！！

1月内に4回または6回受講申し込み方の紹介で参加の方は1回分受講料無料！(1月限定)※一人1回まで  
また紹介した方も1回分受講料無料！(期限:3月まで)※期間内1回まで



公益財団法人体力づくり指導協会 君津市西君津 11-1 [www.tairyoku.or.jp/](http://www.tairyoku.or.jp/)

君津メディカルスポーツセンター TEL.0439-88-0611



K-2512HF-0004