

# 健康太極拳

基礎代謝を高め、体力アップや健康増進、ダイエット、若返りにも大きな効果があります！！



- 日 時： 9月7日・14日・21日  
10月5日・12日・26日（いずれも月曜日）  
10:00～12:00（全6回）
- 場 所： 亥の子谷コミュニティセンター 多目的ホール
- 講 師： 西原 由美子さん（健康運動実践指導者）
- 費 用： 無料
- 定 員： 先着50人
- 申込み： 8月22日（土）から電話で同プラザへ
- 保 育： 300円（1人につき）1歳半から就学前の幼児

## 注意事項

動きやすい服と靴でお越し下さい。  
水分補給用の飲み物とタオルをご持参下さい。

お申込みの個人情報は、この催し以外に使用することはありません。  
来場者用の駐車場はありません。



主催：吹田市亥の子谷コミュニティ協議会  
〒565-0824 吹田市山田西1-26-20  
（吹田市立亥の子谷コミュニティセンター内）  
TEL 06-6878-3155