

後期受付

ふくまる健康太極拳

楊名時八段錦太極拳入門

令和8年

10月23日(木)～3月12日(木)

木曜日 計12回 午後1時30分～午後3時

10月	11月	12月	令和8年1月	2月	3月
23・30日	6・20・27日	4・11日	15・29日	12・26日	12日

健康・暮らしに
役立つ
総合的な
健康づくり



腰痛・関節痛
の改善
に効果的
な運動

対象

市民と市内通勤の方

定員

16名

場所

池田市中央公民館 3階 大ホール

受講料

12,000円(後期12回分)

第1回目(10月23日)に徴収

※受講料納入後の返金はできませんので、ご了承ください。

講師

楊名時太極拳師範/介護福祉支援プログラム認定健康太極拳指導士

藤岡 あかね

持ち物

運動ができる服装(更衣室はございません)・タオル・飲み物・上履き

申込開始

10月3日(金) 午前10時から電話受付(定員になり次第受付終了)

申込・問合せ 池田市中央公民館

TEL 072-754-6299 午前9時～午後5時

〒563-0103 池田市菅原町1-1

休館日: 第1火曜日・年末・年始

※駐車場はありません・バイクの駐輪はできません

主催 池田市教育委員会