

市民交流プラザチャリティフェスタ共催

養家養心太極拳

楊麻紗先生講演会 砂織先生体験教室 開催



10月14日(月)祝日

10:30～11:30

場所：市民交流プラザ 軽体操室

講師：楊 麻紗先生

(楊家養心太極拳師家)

楊 砂織先生

(市民交流プラザ講師)

健康法としての太極拳を普及する活動を催し、楊名時太極拳の愛好者の皆様と交流を図るとともに心と技の向上を目指しております。

《内容》

- ①楊麻紗先生による太極拳についての講義
- ②太極拳24式の模範演舞
- ③八段錦の解説
- ④不老拳(1～9まで)を体験

お気軽にご参加ください！

参加
無料

