



令和5年度 吉田方地区市民館  
市民大学トラム

やって  
みたい人  
大募集!!

楽しく!

# 太極拳入門



激しい運動が苦手な人でも平気!  
太極拳の基礎を楽しく学んで  
健康を維持しましょう!!

〈持ち物〉

汗拭き用タオル  
水分補給用飲み物

〈服装〉

体を動かしやすい服装  
動きやすい靴必須

※マスク着用については講座開催時の社会情勢に  
お応じて受講者にご案内いたします。

〈日時〉 5月14日、21日、28日、6月4日、11日の日曜日 全5回  
各回9時30分～10時30分

〈場所〉 吉田方地区市民館（豊橋市高洲町字高洲122-7）2階 大集会室 + 集会室

〈定員〉 12名（申し込み多数の場合は抽選になります）

〈講師〉 みなみりんか（太極拳インストラクター）

〈受講料〉 1,500円（全5回通しての金額です）

〈申込〉 4月20日（木）までに受講を希望される方の氏名、年齢、郵便番号、  
住所、電話番号を吉田方地区市民館まで、窓口、電話またはメールで  
お知らせください。

☎ 32-3978 メール yoshi-da@tees.jp ⇒



※ 感染症の拡大等の状況によっては講座を延期または中止する場合があります。ご了承ください。