

サルーク太極拳倶楽部 ご案内



指導者：今井秀実氏

呉式太極拳 6 代目拝師弟子



初心者の方でも大丈夫！！

- ・ 太極拳で【心】【体】【息】をととのえる。
- ・ 全身をゆるめ伸ばしながら、足・腰を強くする。
- ・ 転ばないバランス感覚を養う。
- ・ 血行をよりよくして体ポカポカ。

ゆっくりとー

ご自分の身体を整えていきませんか？

自由が丘・恵比寿教室でも開校している経験豊富な指導者が皆様の健康のお手伝いを致します。

ご興味のある方は、説明会・体験会を近日中に予定します。

各担当までお知らせください。

第3土曜日に開催中の太極拳倶楽部も随時募集中！！

担当：森・安藤・小宮山

電話：9時～17時 (5496-1217)



おしゃれ倶楽部

株式会社 サルーク

