

令和7年

4/19

土

13:00

15:00

講師：楊名時八段錦・
太極拳指導員 上村梨乃

太極拳教室

今回ご紹介するのは「楊名時八段錦(ようめいじはちだんにしき)・太極拳」です。中国に古くから伝わる養生法「八段錦」。その8つの動きと、二十四式太極拳の2つを軸に行います。ユネスコ無形文化遺産でもある「太極拳」を体験してみませんか？

場所	青山小学校 プレイルーム
対象	小学校高学年以上どなたでも (小学生は保護者同伴でお願いします)
参加費	無料(傷害保険は主催者が加入します)
持ち物	動きやすい服装、上履き靴(下履き入れもご持参ください)、 タオル、飲み物 等
申込み	直接集合場所にお越しください ※自転車、自動車での参加はご遠慮ください。公共交通機関をご利用ください

主催

港区・港区教育委員会

主管

港区スポーツ推進委員協議会

問合せ

スポーツ推進委員 伊藤 洋 TEL 090-2320-5500

地域スポーツ教室事業
全般に関するお問合せ港区 教育委員会事務局 教育推進部
生涯学習スポーツ振興課 スポーツ振興係 ☎03-3578-2750

港区の公式ホームページ 二次元コード
スポーツ教室の情報を見ることができます！

