

花架拳

「**花架拳**」とは・・・中国武術の一種で、
散歩するように、左右の足をゆっくり動かす
動作を行うことで、心身の健康や精神の安定に
効果が期待できます。

日時：**第1、3木曜日**
10:00～11:00

講師：**松下 康恵**
(日本花架拳学会)



参加無料！！

初めての方でも大丈夫です！

お気軽にご参加ください♪

