

せせらぎ健康講座

はじめての

# 太極拳

&「体成分分析測定・健康相談」

## 3月 11日(水)・18日(水)・25日(水)

初めての方でも気軽に参加できる太極拳講座と最終日には体成分分析測定を行い普段の健康増進・健康管理を図る内容です。

会場

玉川せせらぎホール（玉川区民会館）4階 第4・5集会室

※1Fホール入口から4階へは行くことはできませんのでご注意ください。  
会館北側（線路と反対側）エレベーターにて4階へお越しください。

時間

各日：受付9時30分

開始10時00分 終了11時30分（予定）

★最終日3/25で希望者には太極拳講座前後に  
「体成分分析測定＋健康相談」がごございます。

講師

太極拳・健康管理講座

芦沢裕子（世田谷区保健センター健康運動指導士）

対象者

3日間とも参加できる方

参加費

3,500円（税込）※参加費は3日分の料金です。

※参加費のお支払いは講座初日に会場受付にてお支払いください。

定員

28名

持ち物

・動きやすい服 ・タオル ・飲み物

※更衣室有り。

※会場内は事前に清掃・消毒作業を実施します。  
尚、会場内は靴をはいたままお入りいただきます。

＜お申込み方法＞ 先着順事前申込制

＜＜2月5日（木）10時より参加受付開始＞＞

玉川せせらぎホール事務室まで電話にてお申込みください。

TEL.03-3702-1675

主催：玉川区民会館指定管理者／株式会社世田谷サービス公社  
公益財団法人世田谷区保健センター



（お問い合わせ）

指定管理者／株式会社世田谷サービス公社

玉川せせらぎホール（玉川区民会館）

〒158-0082 東京都世田谷区等々力3丁目4-1 TEL.03-3702-1675



【電車】東急 大井町線 等々力駅（駅前）徒歩1分  
【バス】東急バス 等々力下車  
系統（等01・等11・等12・等13・渋82・東98）  
◆ご来場の際は公共交通機関をご利用ください