

青葉の森太遊倶楽部

活動内容：太極拳、ウォーキング

活動場所：青葉の森公園（彫刻の広場）

活動日・時間：月曜日・水曜日・金曜日

7時30分～9時30分

参加人数：15名くらい



週3回、太極拳を行っています。太極拳はゆったりとした動きで、身も心もリラックスできます。和気あいあいとした雰囲気、初めての方も参加しやすい倶楽部となっています。太極拳の後は、希望者で青葉の森公園内のウォーキングもしています。