



東野太極拳の会



どなたにもできる

健康増進 血行促進・筋力アップ

- 場所: せやまる、東野中コニスク
- 日時: 日曜日 せやまる9時～13時(4回/月)、コニスク9時～12時
- 指導: 瀬谷区太極拳協会指導員
- 会費: 1500円/月
- 入会費: 1000円

会員募集中

連絡先: 末永宛(電話 045-303-4396)
菅原宛(電話 045-301-5796)

ユートピア 太極拳クラブ

和気あいあい、楽しくかつ真摯に
太極拳を学んでいます。太極拳に
ご興味のある方「見学大歓迎」です。

練習日：毎週木曜日 9時～12時

場 所：原中コミスク、阿久和地区センター等

会 費：月 額 2,000円

連絡先：麻 野 045-364-2946



瀬谷拳周会

設立 平成 14 年 会員数 38 名

1. 初めての方も安心

初めての方には初心者クラスを別途用意するとともに、基本をしっかり習得する基礎クラス、幅広く套路を習得する上級クラスを設けて活動しています。

- 初心者クラス (入門・初級太極拳中心)
- 基礎クラス (24 式太極拳中心)
- 上級クラス (24 式太極拳、剣、扇 他)

また、全体練習も取り入れ、クラス間のコミュニケーションを図り、各種イベントに向けて全員が参加できるよう取り組んでいます。

2. 活動日

水曜日 (月 4 回)

3. 場所・時間

瀬谷スポーツセンター 11:00 ~ 13:00

瀬谷地区センター 12:30 ~ 14:30

4. 会費

月額 2,000 円 (お試し 1 回無料)

入会金 2,000 円

5. 連絡先

長谷川あつみ TEL 045-365-6121

携帯 080-4291-7248

こ ぶし かい 辛 夷 の 会

練習日 土曜日（3回/月）

時 間 9：00～12：00 または 12：00～15：00



場 所 中屋敷地区センター(2F)

中屋敷ケアプラザ(1F)

会 費 1,500 円/月

連絡先 045-303-5528 庄司

留守電にお名前と連絡先をお残してください。

のばら 太極拳 クラブ

見学・体験
大歓迎

*** 体験 1回 無料 ***



心地良い音楽に合わせ身体を動かす快感をあなたに!!
一服の清涼剤のような **太極拳** を毎日の生活に
取り入れてみませんか

練習日	月 / 4回	土曜日	13 : 00 ~ 15 : 00
場所	原中コミスク		
連絡先	080-6599-0927 相澤 節子		
会費	月	2,000 円	

阿久和太極拳クラブ

和気あいあい太極拳楽しんでいます

練習を通して太極拳の基本動作の大切さをわかりやすく
実践しています

※ 練習時間は抽選により変更もあります。

練習日・場所 阿久和地区センター（金曜日： 9時30分～12時）

又は

瀬谷スポーツセンター（金曜日： 13時～15時）

練習内容 2025年9月現在
24式、総合42式、22式扇



フェスティバル



練習風景

問合せ先 堀部 090-6706-5611

心と体のバランスを整える

太極拳

初めてみませんか？

太極拳は血流を良くし内蔵全体の機能を高めます。

また、体内バランスを理想的な状態に保ち
肩凝り、腰痛、ストレス解消、集中力アップ
等に大きな力を発揮します。

人生100年の時代

生涯スポーツの太極拳

あなたも楽しんでみませんか？

日時：日曜日

AM9:00～12:00

場所1：瀬谷地区センター

場所2：南瀬谷小学校体育館



連絡先：斉藤 TEL 080-3537-7692

3

“ 南瀬谷太極拳クラブ ”



見学也大歓迎です、
連絡お待ちしております。

三ツ境みんなの太極拳

太極拳

日時: 月4回 水曜日
午前9時～12時

場所: 二ツ橋南
公園集会所

連絡: 090-1709-8771
久保田(18:00~21:00)

無料体験実施中