

太極拳オンラインレッスン

オンラインレッスンについて

毎月6回（隔週火曜夜と土曜昼）開催いたします。このコースは、基本リモートとなりますが、うち1回は都内の公園や公共施設での開催を予定しています。

- マンツーマンレッスンをご希望の場合は別途ご相談ください。

家にいながらにして太極拳のレッスンを受けることが可能！

土曜日は、鍼灸指圧マッサージWHIRL（治療院）に来ていただいても参加もOK!

レッスン環境について

参加者様ご自身での準備をお願いします。

- ・パソコン、タブレット、スマートフォン
- ・インターネット接続環境
- ・Webex（会議アプリ） ※招待メールを送信します ※使用方法は別途ご説明します
- ・動きやすい服装
- ・水分補給用の飲み物