

旧伊藤博文金沢別邸



# 太極拳

5月10日 日

10:00-11:00

雨天・荒天時は中止



場 所：旧伊藤博文金沢別邸 庭園

講 師：横浜市太極拳協会 会長  
古谷 良子 先生

参加費：1,300円 (飲料水1本付き)

定 員：25名 (先着順)

初めての方もお気軽に  
ご参加ください

太極拳についてと、開催場所へのアクセスは裏面をご覧ください。

申込み：4月11日(土) 午前10時より

申込方法：ホームページ、または電話にて

横浜市金沢区野島町24 野島公園内

旧伊藤博文金沢別邸

開館時間 9:30~16:30

Tel 045-788-1919

イベント詳細、  
申込はこちら →



# 太極拳について

陰陽思想に基づいた中国古来の武術(中国伝統文化)。

体幹を鍛える・筋肉を鍛える・呼吸を整える・睡眠改善

バランス能力→転倒防止 などの効果が得られると言われています。

老若男女問わず、一人でも数人でも、初心者も経験者も一緒に楽しめます。

初めての方も気軽にご参加ください。

ご注意：雨天・荒天時は中止となります。

開催の有無は、5月9日 PM15時にホームページでお知らせします →



## 旧伊藤博文金沢別邸へのアクセス

京浜東北・根岸線「新杉田」駅、  
または京浜急行線「金沢八景」駅 乗換  
シーサイドライン「野島公園」駅 下車 徒歩5分



駐車場は大変混雑する場合がございます。  
なるべく公共交通機関をご利用ください。

### 入館・入園無料

旧伊藤博文金沢別邸 9:30~17:30  
牡丹園 9:00~18:00

旧伊藤博文金沢別邸  
ホームページはこちら



横浜市金沢区野島町24 野島公園内

## 旧伊藤博文金沢別邸

Tel 045-788-1919

