

たいきょくけんをたのしむかい 太極拳を楽しむ会		【会員募集中】	太極拳
29			
活動内容	太極拳の技の習得を持続すると共に、健康維持に仲間と無理せず楽しく過ごしています。体験してみたいと思われる方は気軽に参加をして下さい。	対象者	協調性のある方
会員数	14人 (男性 4人・女性 10人) 50~80歳台平均60歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	-	
	月会費	2,000円	活動時間
その他	-	午前又は午後	
主な活動場所	アピスタ、けやきプラザ、近隣センター等	指導者	今井 加代子
ホームページ	なし		

たいきょくけんくらぶもえ 太極拳クラブMOE (萌)		【会員募集中】	太極拳
72			
活動内容	武術の動きを基本とした太極拳を練習しています。初心者も運動不足の方も無理なく続けられます。まずはお気軽に見学や無料お試し参加にお越しください。お待ちしております。	対象者	どなたでも。 ただし、お子様は対象外です。
会員数	8人 (男性 3人・女性 5人) 50~80歳台		
会費	入会金	1,000円	活動日
	年会費	-	
	月会費	2,000円	活動時間
その他	お楽しみ会は実費	午後14:00~16:00	
主な活動場所	我孫子市根戸近隣センター多目的ホール	指導者	(空席)スクリーン映像にて
ホームページ	https://taikyokuken0.webnode.jp/		

けんこうたいそう・じきょうじゅつ 健康体操・自彊術		【会員募集中】	自彊術
21			
活動内容	老若・男女・病弱者等を問わず、各人の能力に応じて実践することで、自己免疫力、自己治癒力を高め、又自律神経のバランスが整えられる日本古来の治療体操です。	対象者	どなたでも
会員数	10人 (男性 -人・女性 10人) 50~80歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円	活動時間
その他	-	午前10:00~11:30	
主な活動場所	アピスタ	指導者	平澤 昌子
ホームページ	なし		

じきょうじゅつたいそう あびこえきまえきょうしつ (公) 自彊術体操・我孫子駅前教室		【会員募集中】	自彊術
48			
活動内容	病院や薬に頼らず、自分の健康は自分で創る為に、決して無理はせず、少しずつ体を動かし、体操をして元気で過ごせるように、皆さんと一緒にがんばりましょう!!	対象者	どなたでも。 無料体験出来ます。
会員数	6人 (男性 -人・女性 6人) 50~80歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円	活動時間
その他	-	午後1:30~3:00	
主な活動場所	アピスタ	指導者	櫛原 志津子
ホームページ	なし		

じきょうじゅつたいそう ひがしあびこきょうしつ 49 (公) 自彊術体操・東我孫子教室		【会員募集中】	自彊術
活動内容	病院や薬に頼らず、自分の健康は自分で創る為に、決して無理はせず、少しずつ体を動かし、体操をして元気で過ごせるように、皆さんと一緒にがんばりましょう!!	対象者	どなたでも。 無料体験出来ます。
会員数	8人 (男性 2人・女性 6人) 50~80歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円	活動時間
その他	-	午後1:30~3:00	
主な活動場所	近隣センターこもれび	指導者	櫛原 志津子
ホームページ	なし		

じきょうじゅつどうこうかい 61 自彊術同好会		【会員募集中】	自彊術
活動内容	体操を通して、地域の皆様と親交をはかり、自分自身、家族の健康管理のため活動しています。	対象者	どなたでも
会員数	15人 (男性 0人・女性 15人) 50~70歳台		
会費	入会金	-	活動日
	年会費	3,000円	
	月会費	2,500円	活動時間
その他	-	午前10:00~11:30	
主な活動場所	アビスタ	指導者	中尾 佳子
ホームページ	なし		

あびこあすなるふきやのかい 90 我孫子あすなる吹矢の会		【会員募集中】	スポーツ吹矢
活動内容	本会は、スポーツ吹矢を通じ健康の増進と会員相互の親睦を図り、地域に於ける「生きがい作り」に寄与することを目的とし、スポーツ吹矢の普及と発展を図る。チャレンジ吹矢。	対象者	我孫子市在住、在勤の方
会員数	24人 (男性 14人・女性 10人) 50~80歳台		
会費	入会金	1,000円	活動日
	年会費	-	
	月会費	1,000円	活動時間
その他	衛生上、個人用吹矢器具一式	午前9:00~正午	
主な活動場所	湖北地区公民館・我孫子市民体育館	指導者	伊藤順、竹之内義雄
ホームページ	なし		