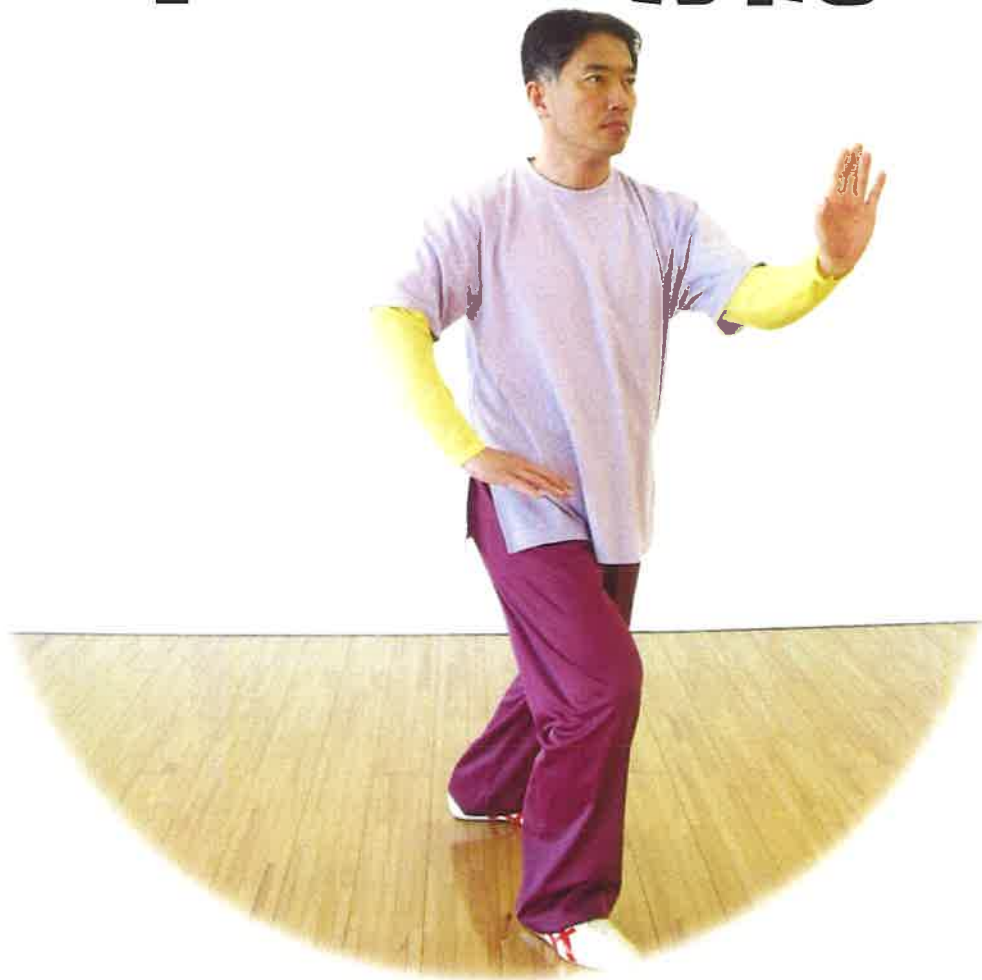


中山 明德



《担当教室》 らくらく太極拳 太極拳

一楽庵太極拳は、空手や舞踊を基礎に
ストレッチと柔軟動作が加わり、
日本人向けに総仕上げされた太極拳です。
免疫力、代謝UPに効果的です。