

ビーチを綺麗に！心も体も健康に！

ビーチクリーン & 太極拳

ビーチクリーン

- 松阪チームオレンジ
- 毎月ゼロのつく日(10/20/30日)に各地でゴミ拾い×仲間づくりをテーマに活動中！

太極拳講師

- 赤田 智彰氏
- 日本健康太極拳協会三重県支部所属師範
- わかりやすい指導と温かな人柄で大人気！

CHALLENGE



太極拳は年齢や体力に関係なく、健康法やリラックス法としてもお馴染み！

開催案内

2025
5/11 日 9:00-12:00
受付 8:45~

申込みは下記QRコードから



場 所 松名瀬海岸（海の家周辺）

対 象 お子様からお年寄りまでどなたでも

定 員 先着30名

※万が一のケガ等に備えイベント保険100円/1名を受付にて（学生無料）

持ち物 動きやすい格好・帽子・タオル・水分・軍手

※ゴミ袋は持参不要/ごみ拾いトングの準備もありますが、お持ちの方はご持参ください



アルミ缶を集め車いすを購入する活動に協力中！
当日は、洗ったアルミ缶の持参にご協力をお願いします



☎ 050-7114-0104
✉ ananda88841@gmail.com

雨天の場合
8:45-朝見小学校集合
9:00-太極拳
10:45-プチ防災講座
12:00-終了



主催：アーナンド
協力：松阪チームオレンジ（#ゼロのつく日のゴミ拾い）
助成：生活協同組合コープみえ居場所づくり活動
後援：松阪市／松阪市教育委員会／松阪市社会福祉協議会／松阪市市民活動センター／
株夕刊三重新聞社／松阪ケーブルテレビ・ステーション株