24 式簡化太極拳

太極拳には陳式太極拳から派生した楊式太極拳、呉式太極拳、武式太極拳、孫式太極拳などさまざまな太極拳があります。これら伝統太極拳の中で楊式太極拳を短く編纂したものが制定太極拳と呼ばれるもので、24 式、48 式、88 式が出来ました。

3 月から約半年間を利用して習得しようとするのは 24 式太極拳です。24 の型を毎回、一つまたは二つずつ学習します。

指導者(中村)は今から約 35 年前に全日本太極拳協会の公認指導員資格を習得し、日本武道館、朝日カルチャーセンター(東京)、スポーツジム(東京)で約 5 年間、指導しておりました。事情により指導員をやめ、以来 26 年ほどのブランクができほとんど太極拳と接することがないまま過ごして参りましたが、2011 年 3 月より地域の参加者を募って再度始めました。

残念ながら 20 数年の間に体はすっかりとガタがきており、当時のような指導は叶いませんが、精一杯つとめたいと思っております。この地域の太極拳指導でよく耳にするような雑談で時間の半分が過ぎてしまうようなことは致しません。無理のないようにじっくりと進めます。

この 2 年間は、第 1 期の参加者は 6 名、第 2 期の参加者 4 名の参加をいただき、全ての方が 6 ヶ月の学習を経て 24 式太極拳をマスターされ、今は 32 式太極剣、陳式太極拳等へと学習を進めています。

年齢は問いません。この機会に習得してみたい、過去の学習で挫折した、おしゃべりばかりの学習会でイヤになった、というような方の参加をお待ちしております。

■場所　幕山進学教室　または、
　　幕山公民館（幕山中央公園横）
■日時　毎週日曜日、18:00～19:15

■服装　運動しやすい服装でしたら何でもかまいません
　　靴は底のうすい物が良いです

■費用　不要
　　※テキスト(DVD 付) が必要な方は代金として 1,800 円をお持ちください。ご希望は初回に伺います。

■2012 年度 第二期　学習会予定

3 月・・・18 日、25 日

4 月・・・8 日、15 日、22 日

5 月以降未定

　　毎月日曜日に 3 回～4 回実施します

※ 教室の行事等によりお休み、変更をさせていただく事があるかも知れませんのでご了解下さい。

※ 急な変更が出ましたら下記連絡先にお知らせ致します。

切り取って下さい

2012 年度 第三期

24 式簡化太極拳　参加申込書

お名前 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

ご住所　〒＿＿＿＿－＿＿＿＿ ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

電話番号 ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

メールアドレス ＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿@＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿