



# 武術太極拳 4月

## 春の無料体験ウィーク



春の心地よい季節、武術太極拳を体験してみませんか？武術太極拳とは、中国で生まれた中国武術をもとにしたスポーツで、主に「太極拳・長拳・南拳・伝統武術」の4つに分類されます。太極拳といっても、様々な種類があります。興味がある内容の教室をぜひ体験してみてくださいね！どの教室も初心者の方大歓迎です！

申込不要・無料

### ◆神戸教室

日程	時間	教室	内容	講師	場所
4/10 (火)	13:15~14:45	初心者太極拳教室	太極拳が初めての方はもちろん、経験のある方も、基礎から丁寧に指導します。	大塩妙子	婦人会館 4F 第1会議室
	15:00~16:30	楊式国際規定套路教室	楊式太極拳の基本から丁寧に指導します。二十四式太極拳ができる方にオススメです。	大塩妙子	婦人会館 4F 第1会議室
4/11 (水)	13:15~14:45	32式太極剣教室	剣の持ち方から丁寧に指導します。道具はお貸しいたしますので、手ぶらでおいください。	田中由美	婦人会館 4F 第2会議室
	15:00~16:30	陳式太極拳入門教室	陳式太極拳の基本を練習します。陳式太極拳が初めての方にオススメです。	田中由美	婦人会館 4F 第2会議室
	19:00~21:00	大人カンフー長拳教室	カンフー映画のような素早い動作の長拳を、基礎から丁寧に指導します。	王正	生田文化会館 3F 体育館
4/12 (木)	10:30~12:00	24式太極拳教室	24個の型を繰り返し練習します。太極拳が初めての方にオススメです。	田中由美	婦人会館 4F 第5会議室
	13:00~14:30	東岳太極刀1路教室	刀を使った太極拳です。ゆっくりな動きで刀の使い方など基礎から丁寧に指導します。	王正	婦人会館 4F 第5会議室
	14:45~16:15	総合太極拳教室	総合太極拳は42個の動作で編成した太極拳で二十四式太極拳ができる方にオススメです。	王正	婦人会館 4F 第5会議室
4/13 (金)	13:00~14:30	24式太極拳教室	太極拳の基礎から丁寧に指導します。太極拳を初めてされる方にオススメです。	田中由美	婦人会館 4F 第5会議室
	14:45~16:15	推手教室	推手は二人一組で行う太極拳です。基本から組合せなど丁寧に指導します。	王正	婦人会館 4F 第5会議室
	19:00~21:00	大人カンフー伝統教室	滄州孟村開門八極拳、少林拳、形意拳など伝統武術の基本から套路まで練習します。	王正	コミスタ神戸 3F 301号室
4/14 (土)	10:30~12:00	初級者24式太極拳教室	太極拳の基礎から丁寧に指導します。太極拳を初めてされる方にオススメです。	中川美和	婦人会館 4F 第1会議室
	13:15~14:45	陳式26式・老架1路教室	当協会オリジナルの陳式26式老架と陳式老架1路を丁寧に指導します。	王正	婦人会館 5F さくら室
	15:00~16:30	陳式太極単刀教室	刀を使う陳式太極拳です。迫力ある動きが多く人気のある太極拳です。	王正	婦人会館 5F さくら室
4/15 (日)	13:30~15:30	練功十八法・入門初級太極拳無料講習会	ゆったりとした動きに深い呼吸。心身ともにリフレッシュできる太極拳。そんな太極拳と一緒に始めませんか？	大塩妙子	神戸市水道局たちばな研修センター 3F 第1会議室

### ◆大阪教室 (大東市住道)

日程	時間	教室	内容	講師	場所
4/9 (月)	13:00~14:30	24式太極拳教室	太極拳の基礎から丁寧に指導します。太極拳を初めてされる方にオススメです。	田中由美	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 AB
	14:45~16:15	32式太極剣教室	剣の持ち方から丁寧に指導します。道具はお貸しいたしますので、手ぶらでおいください。	田中由美	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 AB
4/10 (火)	10:30~12:00	楊式国際規定套路教室	楊式太極拳の基本から丁寧に指導します。二十四式太極拳ができる方にオススメです。	武隈美栄子	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 B
	13:00~14:30	東岳太極拳1路教室	東岳太極拳1路の基礎から丁寧に指導します。東岳太極拳初心者から経験者まで参加可能です。	王正	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 AB
	14:45~16:15	陳式国際規定套路教室	1989年から国際的に太極拳を普及する為に編成した迫力ある陳式太極拳です。	王正	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 AB
4/11 (水)	10:30~12:00	総合太極拳教室	総合太極拳は42個の動作で編成した太極拳で二十四式太極拳ができる方にオススメです。	王正	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 A
	13:00~14:30	陳式太極剣教室	剣を使う陳式太極拳です。迫力ある動きが多く人気のある太極拳です。	王正	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 AB
	14:45~16:15	陳式26式・老架1路教室	当協会オリジナルの陳式28式老架と陳式老架1路を丁寧に指導します。	王正	生涯学習センター アクロス 4F 多目的室 AB
4/12 (木)	10:30~12:00	カンフー扇教室	扇を使った太極拳です。基礎から丁寧に指導します。	中川美和	大東文化教室 3F 305

参加当日は動きやすい服装でお越しください。

◎各教室に関する詳細は、協会公式ウェブサイトをご覧ください



神戸中国武術協会  
KOBE CHINESE WUSHU ASSOCIATION

<http://www.kcwo.net>

[電話でのお問合せは]

090-9098-0276 (木曜日 10時~16時のみ)

