

指導員 各位

推手学習会のご案内

「正確な重心移動と身法の使い方」をテーマに、基礎をしっかりと学習していきます。

初級レベルの方から中級、上級の四正手をまわせる方、どなたでもご自由に、
また、お一人でも参加いただけます。

初めての方は単推手から始めます。また、コロナ禍の3段受験で「一人推手」しかしたことがなく、二人での四正手をあまり経験したことが無い方は四正手の基本技術を中心に学習します。新しくなった3段の一次試験の推手も学べます。

中級、上級の方は、さらにレベルアップできるよう、推手で重要な感覚能力を高める練習を中心に、推手に必要な太極拳理論も合わせて学習します。

※6月21日のカーニバルでは、規定推手套路（半分）を演武する予定で、
4月からは套路の練習もしています。広い場所が必要なため、日程を変更し、
こうべ小学校で開催しています。

【日程】第1・3土曜日

ただし、7月のみ 18日と25日になります。

(こうべ小学校が学校行事のため)

8月は 1日と22日になります。

(暑さ対策のため、8日(土)、15日(土)は利用できません。)

初級・入門クラス、中級・上級クラス：

共に、午後2:00～3:30

48式太極拳：今までとおり、3:30～4:45

【会場】こうべ小学校体育館

【講習費】推手：1,500円 / 回

48式太極拳：1,000円 / 回

(講習費は会場で徴収します。事前申込不要)

【講師】 初級・入門クラス：大森 洋子、中級・上級クラス：上り浜 由香里

[(公社)日本武術太極拳連盟A級指導員]

【お問い合わせ先】

NPO法人神戸太極拳協会事務局 〒650-0011 神戸市中央区下山手通5丁目1-5-702

TEL: 078(382)8611 / FAX: 078(382)8612 E-mail: jim@kobe-ta.org