

新太極拳体験のご案内

しなやかによりしなやかに美しく

Taiqi.net

<http://taiqi.net/>

歴史: 約1800年前に健康増進、武術、哲学を合わせもった
健身拳術として発展し、今から400年前に陳家の
陳王廷によって集大成されました。

太極拳とは? 全身の円運動の応用を型にしたものです。
太極拳のルーツ、陳式太極拳を練習します。

レッスン内容

●太極拳の基本

1. 円の運動
2. 水と波
3. 樹木

●関節運動

関節を円運動でほぐし、気血の流れを良くします。

●ストレッチ

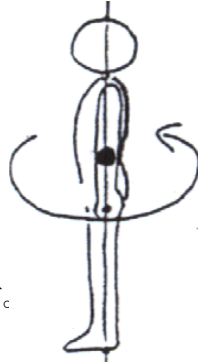
息を吐いて筋肉が弛んだ状態で伸ばします。

●気功

丹田に気を収め、全身の気の流れを良くします。

●陳式太極拳36式・陳式太極剣36式

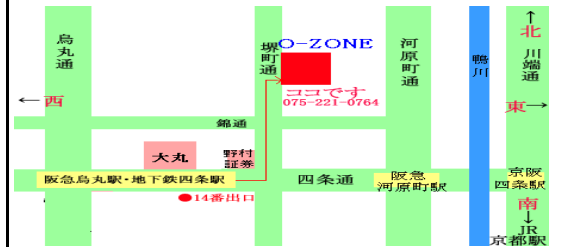
36の型からなる太極拳で、学びやすく
構成されています。
流れるような美しさの中に緩急と剛柔がある太極拳です。
1年で全体を覚えます。



四条教室 (体験1000円)

土 (10:30~12:00)
京都市中京区堺町通錦小路上る
オーゾン3F Tel.075-221-0764
Tel.075-811-0545

★地下鉄烏丸線「四条」 阪急京都線「烏丸」
14番出口 北へ歩2分



二条教室 (体験1000円)

火 (18:30~19:50)
604-8356京都市中京区四坊大宮町169
ダンススタジオDo 2F Tel.075-811-0545

★阪急「大宮」駅より北へ徒歩3分
★JR「二条」駅より南東へ徒歩15分



宝塚教室 (体験無料)

日 (14:15-15:45)
兵庫県宝塚市小浜1-1-11
(財)宝塚市スポーツ教育振興公社 0797-87-5911

★阪急今津線「逆瀬川」歩20分



西陣教室 (体験無料)

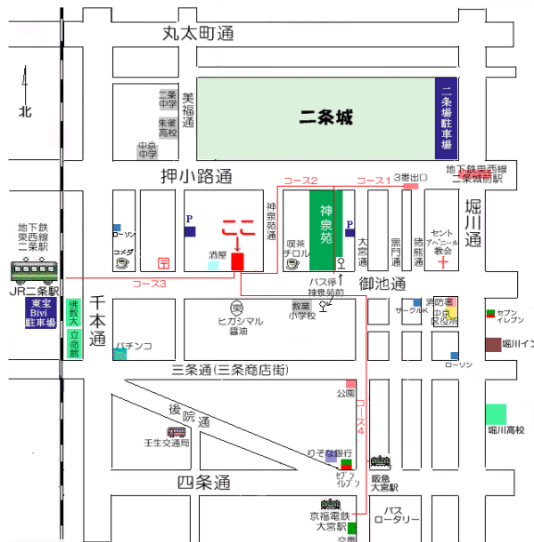
水 (19:00-20:20)
京都市上京区堀川通今出川南入 Tel.075-431-2255
★市バス「堀川今出川」歩2分
地下鉄烏丸線「烏丸今出川」歩7分

太極拳グッズのご購入は



<http://store.shopping.yahoo.co.jp/taiqi/>

<http://kyotomall.com>



新太極拳サービスセンター <http://taiqi.net>
604-8381京都市中京区西ノ京職司町67-53
(御池通神泉苑西入ル)

お問い合わせ: office@taiqi.net

Tel. 075-811-0545

Fax.075-811-0544

