

# 表演プログラム

◆印 チームリーダー

◎開会宣言 代表 小田きく江

◎新太極拳憲章唱和

1. 五禽戯 (中村ヒデ先生と全員) 注:五つの動物を真似る気功
2. 長拳基本功 斜踢腿・里合腿・蹬踢 冲拳・弾踢 推掌 ◆小田 きく江  
和田 優子・奈良 眞澄・清水 佳恵・森本 弘美・津田 優子  
篠原 聡子・門谷 明日香・一穂 美加

3. 長拳一路 (宝塚白組) ◆藤川 俊也  
注:全32の型の長拳基本練習

4. 長拳一路 (宝塚紅組) ◆寺田 佳子  
注:全32の型の長拳基本練習

5. 長拳一路 (二条・四条) ◆厚地 進  
和田 優子・奈良 眞澄・久保 京子・江口 悟・清水 佳恵  
渡辺 収・渡邊 篤子・門谷 明日香・一穂 美加・阿部 セツ子

6. 太極剣基本功 (宝塚すみれ組・二条・四条) ◆大橋 善久  
注:剣の基本的な用法を組み合わせ練習  
奈良 眞澄・厚地 進・和田 優子・林 裕二・篠原 聡子

7. 陳式太極拳36式套路(西陣・宝塚すみれ組) ◆森本 弘美  
注:36の型で構成された陳式太極拳  
津田 優子・和田 優子・林 裕二



8. 陳式太極剣36式(二条) ◆渡邊 篤子 注:36の型で構成された陳式太極剣  
渡辺 収・門谷 明日香  
古野 尚男・一穂 美加

9. 太極拳対練一段・二段(師範) 注:太極拳の攻防対練 一段・二段で60式  
市宮 咲子 × 大橋 義久 米田 伊津子 × 久保 京子  
寺田 佳子 × 長谷川 栄子

10. 陳式太極拳36式(四条) ◆久保 京子  
阿部 セツ子・厚地 進

11. 陳式太極拳36式名称斉唱(市宮 咲子 と 全員)

12. ゲストコーナー 陳式太極拳36式 大槻 美詠

13. 陳式太極剣36式 ◆大橋 善久  
(師範) 中村 秀明・江口 悟・長谷川 栄子

14. 陳式太極拳36式套路 (宝塚さくら拳班) ◆寺田 佳子  
村瀬 伸夫・田中 明代・山形 政子・矢野 禎成  
藤川 俊也・藤川 淳子・魚留 信子

15. 太極対練套路 小田 きく江・江口 悟  
注:太極拳の攻防対練 全94式

※終了後 記念撮影(参加者全員)



