

第 18 回 倉敷市民スポーツフェスティバル

太極拳交流講習会 実施要項

- 1 主 管 倉敷市スポーツ振興協会太極拳部
- 2 日 時 令和5年10月22（日） 13：00～16：00
- 3 会 場 倉敷体育館
- 4 開催内容
 - ・ 入門太極拳、初級太極拳（初体験者、初心者のため）
 - ・ 24 式太極拳（経験年数に応じてグループ別に指導）※上記のグループに分かれ、準備運動、講習、整理運動。
（休憩を必要に応じて入れる）
13：00 開会式 挨拶・講師紹介
15：45 閉会式 挨拶
16：00 解散
- 5 参加対象 倉敷市に在住または通勤の方、未経験者大歓迎。
- 6 参加料 無料
- 7 申込方法 愛好者は教室の講師まで。一般の方は当日受け可。
- 8 競技規則及び競技方法
交流講習会の方式：日本武術太極拳連盟の指導基準、指導法で講習を実施します。
- 9 その他 体育館用シューズ、運動しやすい服装で参加して下さい。

【お問い合わせ先】 倉敷市スポーツ振興協会 太極拳部
事務局長 山口六子
TEL 090-8069-6722