



大田区武術太極拳連盟

Otaku Wushu Taichi-chuen Association

東京都大田区東六郷3-19-20 北村方
郵便番号 144-0046 ファックス 03-3738-8049
関根・携帯 090-9965-2797

Page: 1 / 1

2012/01/31

太極拳ゆったり体操・第1回講習会のご案内

～太極拳ゆったり体操を東京で学べるのは大田区武術太極拳連盟だけ～

加盟団体および友好団体 各位

大田区武術太極拳連盟では太極拳・長拳に加え、日本武術太極拳連盟が普及を進める「太極拳ゆったり体操」の研究を続けてまいりました。「太極拳ゆったり体操」は福島県喜多方市が「太極拳のまち」を宣言した平成15年度から、太極拳をより安全かつ介護予防効果の高い体操に改良し、体操の介護予防効果について長期的に検証をしてきた事業で、その作成段階から日本連盟が作成検討委員会に加わり協力してきたものです。

「太極拳ゆったり体操」で、ゆっくりしっかり健康づくり 自宅でも、一人でも、安全に、気軽に・・・それが「太極拳ゆったり体操」の特徴です。

大田区武術太極拳連盟ではいち早く福島県喜多方市で行われるサポーター講習会へ積極的に指導員を派遣してきた結果、このたび北村信子先生が喜多方市より“ ゆったり体操エリアパートナー(地域指導員)”として登録され、喜多方市のホームページでも紹介されています。

<http://www.city.kitakata.fukushima.jp/info/012777.html>

周囲やご関係者に介護が必要な方はもちろん、今は介護が必要ではないが「太極拳愛好家として、太極拳ゆったり体操の知識を身につけたい」という方々に積極的にこの講習会にご参加いただきたいと思います。

お申込；参加希望される方は加盟団体経由で大田区武術太極拳連盟事務局あてFAXにてお願いします。

【開催日時】2012年3月20日（火） 午後1時15分～午後4時45分

【場所】矢口区民センター 3階・スポーツスタジオ（武蔵新田駅10分）

【対象】どなたでもご参加いただけます。

【定員】18名（応募者多数の場合は先着順での受付とさせていただきます。）

【内容】「太極拳ゆったり体操」の基本動作および特徴・効果・運動の意義などについての説明

【会費】2,000円 ※会費は所属団体を通じ、大田区連あてお支払いください。 以上

申込書送付先； 大田区武術太極拳連盟 事務局ファックス03-3738-8049

問い合わせ； 090-9965-2797（関根）

講習会お申込書 受講希望者は下記記入のうえ、受講料をそえ大田区連・事務局にファックス下さい。

〒	—	Tel
ご住所		
受講者ご氏名；		所属団体名；