

『酒折』太極拳講座 2022年 春の講座

－ 経験者コース －

師範：松村 達也

回数	日付	指導内容
第1回	4/23 (土)	5式・8式太極拳復習 歩行練習
第2回	5/ 7 (土)	歩行練習 <small>チーシ</small> 起勢 ～ <small>イエマーフェンソン</small> 野馬分鬃まで
第3回	5/14 (土)	<small>パイフーリヤンチー</small> “白鶴亮翅” <small>チーシ</small> 起勢 ～ <small>ロウシーヤオブ</small> 楼膝拗歩まで
第4回	5/21 (土)	<small>ショウホイピーパー</small> “手揮琵琶” <small>チーシ</small> 起勢 ～ <small>ダオジェンゴン</small> 倒卷肱まで
第5回	5/28 (土)	歩行練習 <small>チーシ</small> 起勢 ～ <small>ランチュウエイ</small> 攬雀尾まで
第6回	6/ 4 (土)	歩行練習 <small>チーシ</small> 起勢 ～ <small>タンビェン</small> 単鞭まで
第7回	6/11 (土)	歩行練習 <small>チーシ</small> 起勢 ～ <small>ユンショウ</small> 雲手まで
第8回	6/18 (土)	<small>ガオタンマー</small> “高探馬” <small>チーシ</small> 起勢 ～ <small>ガオタンマー</small> 高探馬まで
第9回	6/25 (土)	歩行練習 24式 前半通し練習
第10回	7/ 2 (土)	歩行練習 <small>チーシ</small> 起勢 ～ 前半通し練習
第11回	7/ 9 (土)	歩行練習 24式 前半通し練習
第12回	7/16 (土)	終了記念演武

山梨学院大学孔子学院

