



火よる太極拳

城山公民館の夜間講座のひとつ「火よる太極拳」。9月30日の今回は

「疲れをほぐす」「基本功で体力アップ」「24 式の套路^{どうろ}で基本的な身体の使い方」

をテーマに実施。講師がお二人いるので、丁寧な指導をいただいています。

本講座は火曜夜間・年間36回(3学期制)で開講しております。

初心者からでも学べますので、興味のある方はぜひお問合せください。

