

2022年12月

松本平太極拳の会 太極拳教室 月間予定表

	会場	部屋	内容
日曜日			
11:00~12:00			
12月25日 (日)	今井	東館2F	／ 24式強化 総合第1段 (マンツーマン:定員済)
13:30~14:30			
12月25日 (日)	今井	東館2F	／ 練功前段後段 カフ1カフ2入長 24式強化
月曜日			
13:30~14:30			
12月5日 (月)	神林	1F講座室	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
12月12日 (月)	今井	東館2F	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
12月19日 (月)	神林	1F講座室	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
12月26日 (月)	神林	1F講座室	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
15:00~16:00			
12月5日 (月)	神林	1F講座室	／ 32剣強化 総合第1段 総剣第1段
12月12日 (月)	今井	東館2F	／ 32剣強化 総合第1段 総剣第1段
12月19日 (月)	神林	1F講座室	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第1段
12月26日 (月)	神林	1F講座室	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
火曜日			
13:30~14:30			
12月6日 (火)	新村	2F大会議室	／ 振替可
12月27日 (火)	新村	2F大会議室	／ 32剣第1段強化 (個別指導:定員済)
15:00~16:00			
12月6日 (火)	新村	2F大会議室	／ 24式強化
12月27日 (火)	新村	2F大会議室	／ 振替可
17:30~18:30			
11月15日 (火)	神林	1F講座室	／ 初段検定対策 (マンツーマン:定員済)
19:00~20:00			
12月13日 (火)	神林	2F大会議室	／ 24式強化 32剣第1段修練 (個別指導:定員済)
12月20日 (火)	新村	2F大会議室	／ 24式強化 32剣第1段修練 (個別指導:定員済)
木曜日			
11:00~12:00			
12月1日 (木)	神林	1F講座室	／ 24式強化 カフ1カフ2 32剣第1段修練
12月8日 (木)	中山	2F大会議室	／ 24式強化 カフ1カフ2 32剣第1段修練
12月15日 (木)	中山	2F大会議室	／ 24式強化 カフ1カフ2 32剣第1段修練
12月22日 (木)	中山	2F大会議室	／ 24式強化 カフ1カフ2 32剣第1段修練
14:00~15:00			
12月15日 (木)	島立	2F大会議室	／ 24式強化
12月22日 (木)	新村	2F大会議室	／ 振替可
19:00~20:00			
12月1日 (木)	(塩尻カルチャーC		講座:カンフー長拳・太極拳)
12月15日 (木)	(塩尻カルチャーC		講座:カンフー長拳・太極拳)
金曜日			
10:30~11:30			
12月9日 (金)	(塩尻カルチャーC		講座:はじめての武術太極拳)
12月23日 (金)	(塩尻カルチャーC		講座:はじめての武術太極拳)
13:30~14:30			
12月2日 (金)	今井	東館2F	／ 32剣強化 総合第1段 総剣第1段
12月9日 (金)	今井	東館2F	／ 32剣強化 総合第1段 総剣第1段
12月16日 (金)	今井	東館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
12月23日 (金)	今井	東館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
15:00~16:00			
12月2日 (金)	今井	東館2F	／ 振替可
12月9日 (金)	今井	東館2F	／ 振替可
12月16日 (金)	今井	東館2F	／ 振替可
12月23日 (金)	今井	東館2F	／ 振替可

土曜日

13:30~14:30

12月10日 (土) 今井 東館2F

12月17日 (土) 今井 西館2F

12月24日 (土) 今井 東館2F

／ 振替可

／ 24式強化 (マンツーマン:定員済)

／ 24式強化 (マンツーマン:定員済)

15:30~16:30

12月10日 (土) 今井 東館2F

12月17日 (土) 今井 西館2F

12月24日 (土) 今井 東館2F

／ 24式後半修練 (マンツーマン:定員済)

／ 振替可

／ 24式後半修練 (マンツーマン:定員済)

練功
五防
24式
入門
初級
32剣
総合
総剣
基功
カフ1
カフ2
入長
五拳
初長
推手
八法五歩
五防功

練功十八法
太極養生五防功
24式太極拳
入門太極拳
初級太極拳
32式太極剣
総合太極拳 (42式太極拳)
総合太極剣 (42式太極剣)
基本功
カンフー体操1
カンフー体操2
入門長拳
五歩拳
初級長拳
推手
八法五歩
太極養生五防功

今井
神林
新村
中山
島立

今井公民館
神林公民館
新村公民館
中山公民館
島立公民館