

2023年1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			
1月8日 (日)	今井	東館2F	／ 24式強化 総合第2段 (マンツーマン:定員済)
1月15日 (日)	今井	東館2F	／ 24式強化 総合第2段 (マンツーマン:定員済)
1月29日 (日)	今井	西館2F	／ 24式強化 総合第2段 (マンツーマン:定員済)
13:30~14:30			
1月8日 (日)	今井	東館2F	／ 練功前段後段 入長五拳初長第1段 24式強化
1月15日 (日)	今井	東館2F	／ 練功前段後段 入長五拳初長第1段 24式強化
1月29日 (日)	今井	西館2F	／ 練功前段後段 入長五拳初長第1段 24式強化
月曜日			
13:30~14:30			
1月9日 (祝)	神林	1F講座室	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
1月16日 (月)	神林	1F講座室	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
1月23日 (月)	今井	西館2F	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
1月30日 (月)	今井	西館2F	／ 24式前半強化 入長強化 24式後半修練
15:00~16:00			
1月9日 (祝)	神林	1F講座室	／ 振替可
1月16日 (月)	神林	1F講座室	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
1月23日 (月)	今井	西館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
1月30日 (月)	今井	西館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
火曜日			
13:30~14:30			
1月10日 (火)	新村	2F大会議室	／ 24式強化 32剣強化 (個別指導:定員済)
1月17日 (火)	神林	2F大会議室	／ 24式強化 32剣強化 (個別指導:定員済)
1月24日 (火)	新村	2F大会議室	／ 24式強化 32剣強化 (個別指導:定員済)
1月31日 (火)	神林	2F大会議室	／ 24式強化 32剣強化 (個別指導:定員済)
15:00~16:00			
1月10日 (火)	新村	2F大会議室	／ 24式強化 32剣強化 総合強化 (個別指導:定員済)
1月17日 (火)	神林	2F大会議室	／ 振替可
1月24日 (火)	新村	2F大会議室	／ 24式強化 32剣強化 総合強化 (個別指導:定員済)
1月31日 (火)	神林	2F大会議室	／ 振替可
19:00~20:00			
1月10日 (火)	神林	1F講座室	／ 24式強化 32剣第1段修練 (個別指導:定員済)
1月17日 (火)	神林	1F講座室	／ 24式強化 32剣第1段修練 (個別指導:定員済)
1月24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)
1月31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)
水曜日			
13:30~14:30			
1月11日 (水)	(新村公民館)		／ 松本連盟講習会 24式太極拳後半)
1月25日 (水)	(新村公民館)		／ 松本連盟講習会 総合太極拳入門)
木曜日			
11:00~12:00			
1月5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
1月12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
1月19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
1月26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			
1月19日 (木)	島立	2F大会議室	／ 24式強化
1月26日 (木)	新村	2F大会議室	／ 24式強化
19:00~20:00			
1月19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			
1月13日 (金)	(塩尻カルチャーC)		講座:はじめての武術太極拳)

1月27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		
1月13日 (金)	今井 西館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
1月20日 (金)	今井 東館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
1月27日 (金)	今井 西館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
15:00~16:00		
1月6日 (金)	今井 東館2F	／ 32剣強化 総合第2段 総剣第2段
1月13日 (金)	今井 西館2F	／ 新規可
1月20日 (金)	今井 東館2F	／ 新規可
1月27日 (金)	今井 西館2F	／ 新規可

土曜日

13:30~14:30		
1月7日 (土)	今井 西館2F	／ 24式強化 (マンツーマン: 定員済)
1月14日 (土)	今井 東館2F	／ 24式強化 (マンツーマン: 定員済)
1月21日 (土)	今井 西館2F	／ 24式強化 (マンツーマン: 定員済)
1月28日 (土)	今井 東館2F	／ 24式強化 (マンツーマン: 定員済)
15:30~16:30		
1月7日 (土)	今井 西館2F	／ 24式前半 カフ1修練 24式後半修練 (マンツーマン: 定員済)
1月14日 (土)	今井 東館2F	／ 24式前半 カフ1修練 24式後半修練 (マンツーマン: 定員済)
1月21日 (土)	今井 西館2F	／ 24式前半 カフ1修練 24式後半修練 (マンツーマン: 定員済)
1月28日 (土)	今井 東館2F	／ 24式前半 カフ1修練 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

今井
 神林
 新村
 中山
 島立

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

今井公民館
 神林公民館
 新村公民館
 中山公民館
 島立公民館