

Table with 17 columns (days 1-14) and 5 rows (times 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00). Contains class names, instructors, and times.

Table with 17 columns (days 15-28) and 5 rows (times 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00). Contains class names, instructors, and times.

※スケジュールは予告なしに変更になる場合がございます。最新情報は、スタジオ・インフォメーションボードをご覧ください

太極拳

Table with 3 columns (days 29-31) and 5 rows (times 11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00). Contains class names, instructors, and times.

お知らせ
※レッスン開始時間の変更※ 満堂里なりますのでご注意ください。
・金曜日、扇(初級) 12:30~
コンディション新しいクラスが始まります。ぜひご参加ください。

オリジナルプログラム (ビギナー・トライアル体験向け)

- ベーシック: 基本動作・呼吸法(8式)
ベーシック1は前の動作
ベーシック2は左右後の動作
ベーシック3は前後左右の動作
メディカル: 健康効果を目的としたプログラム
ヒーリング: 心身を緩める癒しのプログラム
ダイエット: ダイエット効果を目的としたプログラム
コンディション: 太極拳をするための体づくりを目的としたプログラム

- 陳式: 伝統的太極拳の原点となる拳式。4力強い動作があるのが特徴。
24式: ビギナーからステップアップの拳式。
扇: 扇を用いたプログラム。

IMT 資格講座
IMT 国際メディカルタイチ協会
メディカルタイチ 資格講座
※受講料が別途必要です。

ご予約・お問い合わせはこちらまで

TEL: 03-6264-3344

ginza@taichistudio.jp