

Weekly schedule table for Ginza Studio, April 1st to 4th. Columns represent days of the week (日-土) and times (11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00). Rows list classes like 丹田呼吸法, ベーシック, メディカル, etc., with instructors and fees.

Weekly schedule table for Ginza Studio, April 15th to 28th. Columns represent days of the week (日-土) and times (11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00). Rows list classes like 八段錦, ベーシック, メディカル, etc., with instructors and fees.

Weekly schedule table for Ginza Studio, April 29th to 30th. Columns represent days of the week (日, 月) and times (11:00, 13:00, 15:00, 17:00, 19:00). Rows list classes like ベーシック, 24式, メディカル, etc., with instructors and fees.

※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、スタジオ内インフォメーションボードをご覧ください。

お知らせ

※レッスン開始時間の変更※ 通常異なりますのでご注意ください。
・金曜日、扇 12:30~
・★マークは初心者クラスです

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(8式) 【ベーシック1】前の動作【ベーシック2】左右後の動作【ベーシック3】前後左右の動作
メディカル 気功の動きも取り入れた健康目的のオリジナルプログラム
ヒーリング 心身を緩める癒しのプログラム
パワー 瘦身目的を目的としたプログラム
コンディショニング 太極拳をするための体づくりを目的としたプログラム
八段錦 気功のプログラム IMT2級取得者の復習におすすめのプログラム
丹田呼吸法 ビギナー向け呼吸法の練習プログラム

伝統太極拳

- 陳式 伝統的太極拳の原点となる拳式 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
42式 様々な流派を混ぜ合わせた総合太極拳

IMT 資格講座 国際メディカルタイチ協会(IMT) 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 TEL: 03-6264-3344 mail: ginza@taichistudio.jp