

# ※第60回 東村山市春季市民体育大会




太極拳・ラジオ体操コラボ講習会



日時 令和5年5月6日（土曜日）・会場 東村山市スポーツセンター第一体育室  
主催 （公社）東村山市体育協会 . 主管 東村山市武術太極拳連盟

## 第16回東村山市太極拳連盟春季交流会

1 午前の部（9：30受付） 開始（10：00）  
挨拶 東村山市体育協会 理事 吉岡 美智子  
東村山市武術太極拳連盟 会長 川崎 友子

10:30 学びましょう  ラジオ体操

長瀬みき先生（1級ラジオ体操指導士）加藤範子先生（1級ラジオ体操指導員）  
正しいラジオ体操学んで準備運動

11:00 沙式太極拳・対練・戳脚

（東京都武術太極拳連盟理事長 谷川先生が推進している伝統拳）



小島隆平先生 岡部紀子先生

東京中国武術協会の中で旬なお二人です

12:00

研修室・小会議室でお食事



2 午後の部（13：00開始）

### レベルアップ講習会 体験講習会

入門、初級（体験どうぞ）	篠原指導員
24式（套路中心に）	芹澤指導員
24式（身体の使い方、動かし方）	杉本指導員
48式（套路中心に）	馬場指導員
48式	沼田指導員
32式剣（套路中心に）	佐伯指導員
32式剣（検定の方含む）	川崎指導員
沙式対練（体験）	縣 指導員
参加者の多い所への応援指導員	薄井指導員・黒川指導員 富澤指導員

15:30 終りの挨拶

副会長 縣 輝昭

★高齢者が多いのでコロナ感染対策としてマスク着用、連盟青の服、黒のズボン  
昼食は研修室・小会議室で出来ます