

NO. 42 太極拳つくば

当会は、1995年(平成7年)5月に設立され、同時期に茨城県支部に入会させていただきました。

今年度2名が入会して、会員は現在19名です。土浦市立武道館をお借りして、毎週月曜日の午前9:30から約2時間稽古をしています。

師範の高林先生の的確な指導のもと、真剣でかつ和やかな雰囲気の中で、気持ちよく稽古に励んでいます。更に、高林先生の外に3人の師範の会員がいて、その方々の指導も受けています。言わば集団指導体制が敷かれていて、自分の弱点を的確に指摘していただけます。

また、当会では、正規の「稽古カリキュラム」に入る前に、準備運動を兼ねて、練功十八法の「前段」と「後段」を行っています。「後段」にはツボを指圧する動作も入っていて、中国が生んだ「健康体操」の良さが感じられます。

通常の稽古の他に、交流会や研修会への参加や、楽しいランチの会なども行って、技能の向上は勿論、会員相互の親睦も図っています。

今後とも、会員一同、“あいおおく”をモットーにして、健康維持の為にも、太極拳を楽しんでいく所存です。(2017年12月記)

