

鳴松会クリエイティブサロン

内側からキレイに ～体験・健康太極拳～

今年で3回目となる鳴松会（武庫川女子大学同窓会）と生活美学研究所の共催企画である鳴松会クリエイティブサロンでは、本学卒業生で日本健康太極拳協会師範でもある福井 淳子 氏をお招きし、「内側からキレイに ～体験・健康太極拳～」と題して、初心者にもできる健康太極拳を約1時間ご指導いただきました。

【福井先生のプロフィール】

武庫川女子大学大学院文学研究科国語国文学専攻修了。

武庫川女子大学非常勤講師。

日本健康太極拳協会（楊名時八段錦太極拳友好会）師範。

「健康のために体を動かしたい。けれど運動は苦手だし…」と思っていた大学在学中に太極拳と出会う。

中国の伝統武術に、中国古来の智慧（陰陽学や呼吸法など）が組み合わされている太極拳。そのおもしろさ、奥深さに魅せられ現在に至る。

「運動が苦手でも大丈夫」という自身の体験をもとに、より多くの人々に体の奥底から自然とわき上がってくる心地よさ、頭をからっぽにできる一瞬を味わってもらいたいと、大学での仕事の傍ら、太極拳の指導を行っている。

講師

福井 淳子 氏（本学非常勤講師・日本健康太極拳協会（楊名時八段錦 太極拳友好会）師範）

テーマ

内側からキレイに ～体験・健康太極拳～

日時

2011 年 10 月 22 日（土）（1）14:00 ～ 15:00 （2）15:30 ～ 16:30

場所

武庫川女子大学 中央キャンパス 第一体育館 2F G1-25



© 生活美学研究所

© 生活美学研究所