

澳大利亚陈式太极拳学院

第二十二届一周集训班

吴仕增老师主办

2025年1月3日至9日

澳大利亚 墨尔本

时间：2025年1月3日（星期五）至9日（星期四）

每天上午八时至下午一时，最后一天至中午12时

地点：Blackburn Primary School (Cnr. Whitehorse Road & Rurrey Road)

185 Whitehorse Road ,Blackburn Melbourne, Victoria 3130

费用：

在2024年11月30日前交AU\$655元

在此日之后交AU\$695元

四人以上为集体参加，每人减免AU\$40元

使用银行转账请联系吴老师。

联系方式：

Mobile: (61) 0403 066 032

Email: peterszwu@hotmail.com;

wupetersz@gmail.com

Website: www.taijigongfa.com;

微信号：tjgf2016

免费提供咖啡、茶水，食宿自理。

教学内容：

参加者在以下五项课程中仅挑选一项，每个课程都由吴仕增老师主教，吴老师的资深学生助教。

一. 洪式太极拳一路：

教授洪式太极拳一路81式的动作及用法，及一些基本要求。

二. 洪式太极炮锤套路：

一路主要是一对一的用法动作，炮锤是群战的动作套路，全套64式的动作及用法，并一些独特发劲的方法。

三. 武（郝）式老架太极拳八方套路（32式）

教学老架32式动作、用法和身法要求。每个动作都有左右训练，增加一些实际技击动作。

四. 推手A：基础

从单手平圆到套插步进退等11种推手的手法、用法及基本要求。

五、推手B：发放

学习“发放”的七个步骤。

第一级：通过四个基本动作来练习每一个步骤。

第二级：推手的八个基本手法的发放训练。

第三级：更多动作的手法的发放训练。

参加2025年一周集训班表格

姓名： _ _ _ _ _

地址： _ _ _ _ _

电话： _ _ _ _ _

电子邮箱： _ _ _ _ _

学习内容：请在下列五项内容中挑选一项。

洪式太极拳一路套路

洪式太极拳砲锤套路

武（郝）武（郝）式八方套路（32式）

推手A

推手B

缴费：澳币 _ _ _ _ _ 元

签名： _ _ _ _ _

日期： _ _ _ _ _