



24 式太極拳基礎班

二十四式太極拳也稱簡化太極拳，是 1956 年國家體委在北京組織太極拳老師們以楊式太極拳為基礎，去繁取精的簡化太極拳。目的是為更適合作為一種全民體育活動，以利普及和推廣。經數十年的驗證，因編排合理，由淺入深，已成為入門練習者的首選學習套路。



24 式太極拳是全球最多人習練的中國武術項目。

【課程特色】

- 依據創編人口傳身授的第二代傳人代表者所授的規範和要求，注重還原習練太極拳真面目；
- 小班教學，每課只限最多六人；
- 循序漸進，個別指導，避免錯誤練習引致傷害；
- 輔以科技工具，增加學習效益。

【上課時間】可選星期二或星期五下午 2:00-3:15/4:00-5:15

【上課地點】東岳太極拳文化館（香港中環亞畢諾道 3 號環貿中心 13 樓 1301 室）

【上課形式】可選擇 4-6 人小組練習或私人教授，普通話或廣東話授課

【收費】每課 75 分鐘，HKD300 元。歡迎試課，試課後以季度形式繳費，可享 95 折

4-6 人小組班	3 人以下私教班
HKD300/75 分鐘	HKD1,000/75 分鐘

【報名及查詢方法】請致電 2302 3011 或 WhatsApp 5610 2920 向鍾小姐查詢

東岳太極拳文化館

香港中環亞畢諾道 3 號環貿中心 13 樓 1301 室 (☎2302 3011 📞 5610 2920)

電郵：enquiry@dongyuetaijiquan.com

網址：www.dongyuetaijiquan.com