

社團介紹：陳氏太極拳社

學生新聞

陳氏太極拳社自民國65年創立至今，畢業社友多已成家立業，學長姊們也會在下學期的武術觀摩會回來看看學弟妹們的訓練成果，社課除了練習陳太72式拳架和基本功，也會邀請老師和教練演講，教授武術的歷史知識、練功的心法或經驗談，協助同學學習武能更精進順利，在期中時也會舉辦跨校的武術交流和推手比賽。社長航太三關玉蘋表示，太極拳是一種結合養生的拳術，能調節五臟六腑，訓練四肢的協調性，如果心思容易紛亂的人，精神可透過練拳變得專一，身體更健康。社課時間是每週二、五的晚上6時30分在宮燈教室H113，歡迎同學前往詢問更進一步的訊息。（文陳維信、攝影劉瀚之）

2010/09/27



學太極拳，不但能養生，還可訓練專注力。