



勝浦市太極拳サークル

謹賀新年

美心会だより

2022年始動

落ち着いていた新型コロナウイルス、年明けと共にオミクロン株の市中感染が報告され始め、全国の1日当たりの感染者数は、元日の531名から7日は6214名（11.7倍）と感染爆発。中でも、沖縄、広島、山口の3県に「まん延防止等重点措置」の適用が7日に決定、期間は1月9日から1月31日まで。

美心会は、8日（土）2022年の初練習の日を迎え、会場の元興津中学校体育館には元気な顔ぶれがそろった。練習開始前に全員で記念撮影し1年の門出を祝った。



2022年 新春の門出

午前9時の天候は快晴、気温5℃、北北西の風8mと大雪警報（6日）の後とあって冷え込んだ。



それでも新型コロナ感染拡大防止のため、窓を開け

換気に十分配慮してくれたのは門屋副会長。



山岸先生指導のもと、正月休みですっきりたるんだ筋肉を、八段錦で目覚めさせ、運歩と準備運動を入念にこなした後、簡化太極拳24式へと練習が進められた。



途中休憩を挟みながら、最後は陳式太極拳老架式で初練習を締めくくった。