

中央研究院 長洪武術社 招生

WELCOME TO CHINESE MARTIAL ARTS CLASS

- ❑ 「中國武術」是一種全面性的運動，包含一般運動的筋骨伸展、肌力鍛鍊，同時兼具身體手腳協調平衡的訓練。學習者透過武術練習可建立防身能力、鍛鍊肢體與內在精神，並累積心神氣息穩定。
- ❑ 本社團主練習北少林長拳與南少林洪拳，先練拳術，之後加入棍、刀、劍等各項兵器循序漸進。
- ❑ 教學靈活，教練依據個人程度量身調整學習進度。
- ❑ 不需任何武術基礎、不分男女老幼，歡迎您一起來練武！

- Welcome to join our martial class to experience and enjoy the beauty of Chinese Kung Fu.
- The training is practical for daily life, keeping your mind sharp, tuning your body and surroundings.
- We provide simple English explanation for class content.
- We accept people with all backgrounds, any ages and physical condition. You don't have to learn anything before. Newbie is welcome !

- ◆ 費用：一期 3000元 / 3個月 (NT\$3000 / per 3 months)
- ◆ 時間：每周三 19:00 - 20:30 (Every Wednesday 19:00 - 20:30)
- ◆ 地點：地球科學所前庭 (In front of the Institute of Earth Science)
- ◆ 聯絡人：pth@sinica.edu.tw 或私訊 Facebook 粉絲專頁



中央研究院 長洪武術社 招生

WELCOME TO CHINESE MARTIAL ARTS CLASS



我們歡迎您一起來習武！ Welcome to join us！

