



New Energy Education & Sitan Tai Chi

2022 Summer Camp Program

第十四天回顾(7/22)

**227 Michael Dr., Syosset NY 11791
516-323-5157
www.newenergyedu.com**

Wushu Presentation & Activity



今天的主题是关于中国传统武术，由陈老师给大家进行演讲以及展示。陈老师主要为同学们讲解了传统武术的基本概念，和常见的包括刀、枪、剑和棍在内的兵器以及一些基本招式，并且邀请了同学们上台一起感受和体验。之后陈老师还和大家一起观看了自己拍摄过的武术电影片段，更深一步的感受到武术所带来的魅力。

Bowling Game



Wushu Team Training



今天的武术课，同学们首先进行包括搬腿、下腰、鲤鱼打挺等基本功训练内容。之后，大家主要规范训练了集体表演项目，包括太极扇国际竞赛套路和大众普及套路，以及集体剑的内容。最后，同学们还进行了包括跳绳和跳跃的身体素质训练。



Wushu Team Training

