

# 汐農老人休閒中心學習太極氣功

文圖 / 林昭封

汐農老人休閒中心太極氣功班教練蘇登添先生，曾擔任台北縣太極拳總裁判，現任汐止各社區及多所學校教練。蘇教練為人厚道，待人誠懇，做事踏實，精研太極拳幾十年，從事教練工作均以義務職，自本中心89年3月3日太極拳開班以來，節節客滿，擠得大教室水洩不通。

剛成立時，學員30餘人，目前學員已達40餘人，學員上課都非常聚精會神的學習，若有疑惑之處，下課即刻請教教練，學員學習精神自我要求極高，無形中亦提昇教練教學興趣，因此，部份學員覺得學習時間不夠。自89年9月



蘇登添教練（前）上課情形

松年大學開課，已由每週上課2小時，增加至4小時，讓大家有充裕的時間學習，從學習中尋找快樂。

蘇教練說，太極氣功最大的好處是簡單、快學、效果好，老少咸宜，兼具吐納功能，促進血液循環，有益老年人的慢性疾病。



一 花城，點綴得亮麗耀眼，蔚為奇觀。此「燈火下的菊花」特殊夜景，更使得菊花得以早開，有利於拓展外銷市場，並且可以與其他國家在國際花卉市場競爭，保持1尺8寸之長度菊花就是靠著燈光控制長度來維持品質與特色。

目前，將田尾鄉花香文化帶入另一階段的就是經濟部早在2年前接受彰化縣政府的建議，將田尾公路花園提升規劃為花卉商圈，全心全力且積極進行規

劃將田尾公路花園規劃成為國內首座國際花卉和花卉觀光區。至今，將近有250公頃的園藝特定區農地重劃，規劃成為形象商圈，由於有專家、學者與業者共同參與研究和計劃，所以規劃相當完整，使得公路花園更具特色，亦更具魅力，對於吸引國內、外觀光客到田尾賞花、買花、愛花、種花將更加有興趣，「花卉王國」名不虛傳。

