

太極國際學院主辦慶回歸 26 周年“全民太極日 2023”

為慶祝香港回歸 26 周年，由“太極國際學院”主辦之“全民太極日 2023”，於 12 月 9 日上午 11 時在尖沙咀九龍公園廣場正式舉行。

“太極國際學院”於去年首次舉辦“全民太極日”，得到全港市民、學界、及各相關機構熱烈支持，獲得美滿成績。今年學院再接再勵，繼續舉辦“全民太極日 2023”，除獲廣大市民報名參與外，並有一百三十多間中小學校報名參加，到活動現場者超過一千人，盛況空前。

除在會場參與外，全港市民在同一時刻都可在任何地方一起參與太極操。今次活動並邀得武當山及大灣區城市台山同時聯合舉行，由無綫電視翡翠台現場直播。



大會是次主題口號是：“凝聚太極力量，發揮無限想像”。今日的“全民太極日”首先由主禮嘉賓商務及經濟局局長丘應樺，發展局局長甯漢豪，民政及青年事務局副局長梁宏正，太極大使霍啟剛、敖嘉年、姚柏良及莫宛螢等以拋太極球方式主持開幕禮，其後由百多位“中華基金中學”的中一及中二學生表演色彩繽紛、姿態優美的太極舞，令觀眾嘆為觀止。

其後由太極國際學院籌委會主席陳婉嫻（嫻姐）致開幕歡迎辭，嫻姐除感謝全港市民及各學校團體參與今日的活動外，並提出太極國際學院會全力推動促成“國際太極日”，令太極成為全世界的現代新興運動；並希望明年可以與全港市民共同見證“國際太極日”的誕生。

連續兩年以“太極大使”身份參與的敖嘉年及莫宛螢、與今年的“太極大使”霍啟剛、姚柏良在台上輕鬆暢談各自對運動及太極的心得，全場觀眾掌聲不絕。



其後商務及經濟局局長丘應樺、發展局局長甯漢豪及民政及青年事務局副局長梁宏正均在大會中致辭，各局長都肯定太極運動對全民健康的益處，鼓勵市民多參與有益身心的運動。

影視紅星家“燕姐”(薛家燕)雖因公務繁忙無暇到場參與，也特意抽空錄影了片段呼籲大家多練太極，並以她的金句“飲食要正常、運動要經常”勉勵大家。

中國著名企業家及“體操王子”李寧也在大會中發表了錄影片段，指出太極是中華文化的瑰寶，呼籲大家多作太極運動。

一位身穿中式長袍的美國人將大會氣氛推向另一高峰，他是武當山三豐派十六代傳人杰克(Jack)，杰克專程由武當前來香港，即場表演太極功夫，他的招式氣吞雲夢，虎虎生風，博得觀眾熱烈歡呼。

起動禮由行政長官李家超以視像方式主持，特首在講話片段中指出太極是最簡單自然的運動：無論男女老幼，都能够容易掌握，無論任何地方，都可以隨時鍛練。在特首“起動令”之後，霍啟剛敲響巨鑼，在場各團體和全港市民即時開始“全民太極操”。現場由林文輝、黃國龍師傅帶領，在場各官員、嘉賓與參加者一起舞出三分鐘太極操，全港市民也可於任何地方同時參與。每位已報名的參加者或團體均可獲大會稍後頒發電子證書以作紀念。

全民太極操之後，整個“全民太極日 2023”活動在大合照的歡笑聲中圓滿結束。



是次活動由民政及青年事務局、教育局、發展局、商務及經濟發展局等支持，民政事務總署及油尖旺民政事務處、和富社會企業、李寧有限公司、信和集團、黃廷方慈善基金、大灣區共同家園青年公益基金贊助，湖北省政府機構、工聯會、香港湖北社團總會等協辦，紫荊雜誌社媒體支持。

編輯：羅立桓 校對：趙欣 監製：張晶晶