

2025年6月吉日

各支部・道場 事務局 各位

一社) 岐阜県空手道連盟 女性委員会
委員長 村瀬 聖子
委員 高橋 みゆき
吉田 順子
片田 綾子

第1回 女性委員会技術研修会のご案内

厳しい暑さが続いておりますが、皆様方におかれましては、ご健勝のことと存じます。

「もっと、女性が、空手道を楽しむ環境」の実現のために女性のための技術研修会を開催いたします。

第1回の研修会を下記の要領で実施いたします。是非、空手道を楽しんで参加していただけたらと思います。対象者は、女性の方です。

各支部・道場におかれましては、女性会員の皆様にお知らせいただけます様よろしくお願いいたします。

※各自、傷害保険の加入をお願い致します。

【日時】 2025年7月27日(日) 9:00～

【会場】 聖心館道場
住所： 関市東新町6丁目347番地

【対象者】 高校生以上の女性 (年齢は問いません。高齢者・初心者歓迎)

【参加費】 1,000円 (当日徴収)

【内容】 9:00 ストレッチ運動
講師 フィットネスジム インストラクター 細野公子さん
9:30 基本形・指定形研修(剛柔流形)
講師 岐阜県空手道連盟 審判部会 副部会長 横山孝弘先生
10:30 組手の基本
11:00 組手と審判を合わせた練習
(各レベルに合わせてクラス分けをして練習します。)
12:00 終了

【持ち物】 道着、拳サポーター、(メンホー、プロテクター、インステップガード、シンガードについては任意)、タオル、飲み物

※ 会場はエアコンが効いていますが、体を動かしますので油断をしないで水分をいつもより多く持ってきてください。また、子供さんを預けることができなくて迷っている方も連れてきて参加はOKです。安全に配慮しながら進めて参りましょう。

※ 事前の申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

問合せ先 一般社団法人岐阜県空手道連盟
事務局 横山洋司 090-4796-4790