

2025 年 9 月末日

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 2 回 女性委員会技術研修会のご案内

残暑厳しい日々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。

第 1 回の研修会好評につき第 2 回の技術研修会を開催する運びとなりました。前回は暑い時期の開催にもかかわらず大勢の方に参加していただき暑さにもめげず、楽しい雰囲気の中で研修会ができました。

今回も是非、楽しく空手道を学んでいただけたらと思います。対象者は、女性の方です。

各支部におかれましては、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 10 月 12 日 (日) (受付 8 : 30 ~ 練習開始 9 : 00 ~)

【会 場】 日本空手協会 岐阜本部道場
住所 : 岐阜市藪田南 1 丁目 13-19 (県庁北側駐車場の道を挟んで北側にあります。)

【対象者】 高校生以上の女性 (年齢は問いません。初心者歓迎)

【参加費】 1,000 円 (当日徴収)

【内 容】 8 : 30 受付
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 糸東流基本形(平安 5 段)
指導員 村瀬 聖子・吉田 順子
10 : 15 組手の基本～応用
組手指導 岐阜県空手道連盟 審判部会 副部会長 横山孝弘先生
11 : 30 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

※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
