

2026 年 10 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 5 回 女性委員会技術研修会のご案内

暑さも落ち着き、朝の風もひんやりする季節になって参りました。道着を着ても丁度良い季節です。昨年からの各流派(剛柔流・糸東流・松濤館流・和道流)の研修会も 1 年通して一回りいたしました。今回は改めて基本を学ぶと共に指定形の勉強に入っていきたいと思います。皆さんの参加をお待ちしております。

対象者は、高校生以上の女性の方です。

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】 2026 年 11 月 22 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)

【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)

【講 師】 岐阜県空手道連盟 剛柔流日本正剛館空手道士会 横山孝弘先生

【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 剛柔流基本形 (撃砕 1・2)~指定形(セーパイ)
10 : 30 組手 レベルに合わせた練習
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

※事前の申し込みは不要です。お気軽にお越しください。

※女性委員会の相談窓口としてメールフォームを
開設いたしました。

メールアドレス→2025gifukaratel@gmail.com

どんな些細な相談でも OK ですので気軽にご相談ください。



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