

# 親子空手体験教室

## 空手の基本を習おう！

2020年東京オリンピックで、実施競技に追加された空手。空手には「組み手」と「型」の2種目ありますが、その基本を練習します。

空手は各個人の体力や能力、年齢、性別、先天的な資質に関係なく、だれもが今持っている能力、体力に合わせて自分のペースで稽古することができます。また、身体を鍛えるとともに礼節、勇気、忍耐力、内省、克己、利他、協調性、思いやりなどが身につくといわれています。

日曜日 全6回



2月	7	14	21	28
3月	7	14		



時間：①コース 9:20~10:20

②コース 10:35~11:35

参加費：無料

定員：各コース5組10人（年長から小学3年生と保護者）

※子供のみ参加もOK

指導：梅田 祐一（師範）と青葉空手のみなさま（鴨志田第一小学校でも指導されています）

申込み：1月11日（月）9時より電話、または受付にて先着順

※新型コロナウイルスの感染拡大防止の取組に伴い中止される場合がございます。

予め、ご了承いただきますようお願い申し上げます。

※講座はマスク着用で開催いたします。

※換気のため窓を開けて講座を開催いたします。予めご了承ください。



あつまる・つながる・笑顔になる

若草台地区センター TEL 961-0811

公益社団法人  
横浜市民施設協会