

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4回



11月	21	28
12月	5	12



時間：①コース 12:20～13:20

②コース 13:35～14:35

参加費：親子で1,200円（子供のみは600円）

定員：各コース親子3組6人（幼稚園児から小学3年生とその保護者）

※小学生の子供のみの参加も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：10月12日（火）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