

みんなの空手教室



初心者から経験者まで

楽しく学ぶ！！

都内高校生以下無料

ご家族大歓迎

1. 期日 令和7年7月5日(土)、6日(日)、12日(土)、13日(日)、19日(土)、20日(日)、21日(月)
2. 時間 午後14時～午後16時10分、初日のみ17時10分まで
3. 場所 都立東村山西高校(体育館他)
4. 対象 小学1年生から一般大人・高齢者まで 未経験者・ご家族様大歓迎
5. 受講料 都内高校生以下無料、
一般は1,500円(受講者決定後、別途お知らせする納付書orURLにてお振込みください)
6. 持ち物・服装 服装は運動ができるもの、持ち物不要。飲み物は持ち込み自由
7. 申込 電子申請・・・<https://www.syougai.metro.tokyo.lg.jp/sesaku/kaihou/kouza.html>
往復葉書・・・講座名、参加者の氏名、年齢、性別、電話番号、返信先をご記入の上、下記担当宛送付してください。
〒189-0024 東村山市富士見町五丁目4番41 都立東村山西高等学校 小林征幸
申込期間・・・令和7年5月19日(月)～6月15日(日)
8. 内容 空手の基本である突き、受け、蹴りと移動(運足)を学びます。さらに、約束組手を交えながら基本動作の意味を知ります。その後、全空連が制定している基本形1及び2を学びます。また、経験者は剛柔流の基本形(ゲキサイ第1、ゲキサイ第2)や指定形(セーパイ他)を能力に応じて学ぶことができます。その他、要望により各会派の基本形や指定形も学ぶことができます。
9. 問合せ先 東京都立東村山西高等学校 代表:042(395)9121 担当 空手道部 伊藤 清