

三鷹市少林寺拳法連盟

「少林寺拳法 初心者教室」 参加者募集のご案内

無料

初心者教室
実施予定

4月03日(土) 10日(土)
17日(土) 24日(土)

年少拳士(小学生以下) 16:00~17:00
一般拳士(中学生以上) 18:00~19:00

場所: SUBARU総合スポーツセンター
(三鷹中央防災公園・元気創造プラザ)
地下2階 武道場1
住所: 東京都三鷹市新川6-37-1

新型コロナウイルス
感染拡大防止に関する
お願い。

参加希望の方は、ご自宅で
体温を測定し、マスク持参で
ご参加ください。
※体調不良の方はご遠慮く
ださい。



▲2019年の初心者講習の模様

少林寺拳法に興味のある方はもちろん、健康維持のため無理のない範囲で運動したい方、子どもと一緒にスポーツを始めたい方など、一度気軽に「初心者教室」に参加してみませんか？

「初心者教室」の中では、突き・蹴り(剛法)の練習や、単独演武等を行う予定です。

受講費用は無料です。未就学児からご年配の方まで、また性別も問わず、どなたでもご参加頂けます。

Tシャツやジャージ等、動きやすい服装でお越しください。靴下は脱いで裸足で行いますので、シューズも不要です。

ぜひこの機会に体験してみてください。お待ちしております。



▲年少部の練習風景

三鷹市少林寺拳法連盟
理事長
河西 豊

三鷹市少林寺拳法連盟のホームページは、こちら。
<https://mitakarenmei.jimdofree.com/>

※スマホから、右のQRコードを読み取ると、
ホームページが開きます。
お問合せもこちらからお気軽にどうぞ。

