

空手道技術講習会のお知らせ

岡崎首席師範をお招きしての講習会のお知らせです。

4級以上で小5以上の少年部から壮年まで初めての参加でも丁寧に指導していただけます。

1 期 日 平成27年1月12日(月・祝日)16:00~19:00

2 場 所 久喜市総合体育館武道場

3 指 導 岡崎首席師範

4 日程及び内容

16:00 受付

- ・受付終了後講習開始
- ・基本、移動(丁後屈立ち、四股立ち)
- ・棒術(大城の棍、周氏の棍、組棒)
- ・型(内歩進初段 分解組手)
- ・組手(基本相対練習/拳サポかグローブ持参)

19:00 講習終了

※前回の復習とナイファンチ初段の分解組手を中心に行います。

※棒術はレベルに応じてグループ分けして稽古を初めて参加する方にも丁寧に指導します。

5 参加資格

- (1)一般部:壮年部で4級以上の者
- (2)一般部対象の講習会ですが小5以上4級以上の少年部も可

6 参加申込み

- (1)参加料 2000円 ※当日受付で徴収します。
- (2)申込み 事前の申込みは不要です。

7 その他

- (1)見学のみは不可とします。
- (2)総本部首席師範稽古を継続した稽古内容となります