

# 極真空手・狛江道場 特別無料体験会のお知らせ

□10/26(日)狛江道場で無料体験会を行いますのでこの機会にご友人、ご家族等でお誘い合わせの上是非ご参加下さい。道場生の皆さんにはお手本や指導補助のご協力をしていただけると有難いです。

- 予約不要
- 参加料金無料
- 少年～壮年の道場生参加自由
- 体験会日時 10/26(日) 1:30pm～2:30pm
- 道場や入会についての説明 2:45pm～3:15pm
- 体験会対象 5歳～壮年(上限は特に定めていません)の男女
- 持ち物 ジャージ等の運動できる服。(道場生は通常稽古の持ち物)
- 体験会予定内容 少年～壮年まで合同で以下初心者向けの内容を行う予定です。
  - ・基本稽古(その場で攻防技を反復する)
  - ・ミット打ち(ミットに攻撃を打つ)
  - ・受け返し&スパーリング(2人組で軽く技の攻防をする)
- 指導員 荒井裕志
- お問い合わせ Tel:03-5761-3386 Email : k3d@setahiga.com



[体験方法は以下、2種類あります]

## 1. 通常稽古に体験参加する。

- ・通常稽古の内容を、動作を真似しながら体験してもらいます。
- ・同時に体験者の横に道場の先輩が付き、先輩に教えてもらいながら内容を進めます。
- ・初心者参加可のクラスには年中いつでも体験参加できます。
- ・初回のみ体験料無料です。
- ・二週間体験入会は月会費の半額です。

## 2. 特別体験会に参加する

- ・年に2回のみ、特別に初心者にも比較的簡単にできる内容でメニューを組みます。
- ・道場生にも参加してもらい、見本を見せたり、指導補助をしてもらいます。

☆無料体験可能な回数は通常稽古体験1回と特別体験会の各1回ずつです。

## 少年10級 事前筆記審査

会員番号 ㄗ497 名前 吉田 龍生

平成 年 月 日 採点者名

&lt;空手で楽しいこと、嬉しかったこと&gt;

空手を始めたとき、かけは、心をきたえたいと思ったから  
です。もう一つは、空手の技を覚えたかったから  
です。道場でみんなの技を見てカッコいいと思  
いました。ほくもみんなみたいになりたいので  
毎日練習をがんばってます。毎日なにかを続  
けると心もきたえられると思います。あと、あい  
さつを大きな声でするのは良いと思います。  
ほくの場合は、けんかを強くするためでは  
ないです。大きな声で「あいさつをすること、  
しせいを良くすること。一つのことを最後まで続け  
る力をつけることです。これからも毎日がんばって  
はやく黄色の帯になりたいです。

一般10級 事前筆記審査

会員番号

名前 佐野 雅也

平成 26年 2月 17日 採点者名

<空手を始めたきっかけ・空手に求めるもの>

自分が空手を始めたきっかけは体を鍛えようと思ったことです。体を鍛えるのに加え精神力も鍛えられる空手は自分にあって魅力的でした。また有江道場へ見学へ行かれた時、道場の方全員が親切に対応してくれてここで空手を教わりたいと思いました。自分が空手に求めるものは精神力の強いです。自分に甘い性格を変え、しっかりと生活を行い他人に甘えることなく優しくなれるような人間になりたいです。空手を始めたからには黒帯を目指し、大会へ出て優勝していくことを目標にしたいと思っています。