



武道/空手に興味がある方へ

極真空手・狛江道場 特別無料体験会のお知らせ

□3/10(土)11(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。

- 体験希望者予約 電話や Email 等で以下の内容を前日までにお知らせください。
① 名前 ②年齢 ③参加区分[(1)幼年/(2)少年/(3)一般] ④連絡先電話番号
- 予約/問合せ先 受付 Tel:03-5761-3386 Email : karatek3d@gmail.com



HP: <http://k3d.setahiga.com/>

- 参加料金 無料
- 体験会日時
- | | |
|--------------|---------------------------------------|
| (1)幼年(3~4才) | 3/10(土)13:30-14:00(説明/Q&A14:00-14:25) |
| (2)一般(中学~壮年) | 3/10(土)19:00-19:30(説明/Q&A19:30-19:55) |
| (3)少年(5才~小6) | 3/11(日)13:30-14:00(説明/Q&A14:00-14:30) |
- 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 初心者向けの内容を入会後にどのように稽古していくか説明しながら進めます。
- ・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(2人組で相手の攻撃を防御する)
- 指導員 荒井裕志(狛江/成城道場責任者)