



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

□3/23(土)24(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。

- 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) 3/23(土) 13:30-14:00(説明/Q&A14:00-14:25)
  - (2) 一般(中学~壮年) 3/23(土) 19:15-19:45(説明/Q&A19:45-19:55)
  - (3) 少年(5才~小6) 3/24(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 初心者向けの内容の稽古を行い、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)