

Do! 空手道教室

空手は、前後・左右・上下と、ほぼ均等に身体を使う全身運動で健康維持に役立ちます。当日、直接会場へお越し下さい。

KARATE fits any age and physical fitness, and KARATE strengthen not only your body but also your mind. Let's enjoy a richly rewarding life through KARATE! No reservation is needed.

日時:2019年11月30日(土曜日) 午前10時から約2時間

場所:白金の丘学園 2階 柔剣道場 Shirokanenooka-gakuen school 2nd floor.

参加費:無料(傷害保険は主催者で加入)。 Free.

対象:どなたでも。 Anyone can join.

小さなお子様連れでもご参加できます。ただし、お子様のお預かりはできません。

Small children can join. Keep an eye on small children.

持ち物等:動きやすい服装・飲み物・タオル Sports wear, drink, towel.

講師:東京松濤明武会(松濤館流) <https://meibukai-shoto.com/>

【注意】当日会場にて先着順に受付します。傷害保険加入及びスポーツ振興事業の調査等のために、受付の際、所定の用紙に氏名・連絡先等を記載していただきます。また、事業報告や各種宣伝のため、教室風景を写真撮影いたします。予めご了承ください。For insurance and sports business research, please list your full name, an address, and a phone number at the reception desk. Thank



※当スポーツ教室は、スポーツ基本法等のもとで実施する港区の事業の一つです。スポーツ推進を目的に、年齢、男女の別、障がいの有無、スポーツ経験の有無等を問わず、誰もが、身体を動かすことを楽しむことができるような取り組みを行っています。区内の10の地域で、様々なスポーツ教室を開催しています。右のQRコードから確認できます。



東京松濤明武会の詳細はこちら！



主催：港区教育委員会

主管：スポーツ推進委員協議会

連絡先：白金地域港区スポーツ推進委員 Staff of Shirokane zone

雨宮真歩(Ms.AMEMIYA Maho)080-2091-9393 / 斉藤秀朋(Mr. SAITOH Hidetomo) 090-7280-9789

e-mail: sports.shirokane@gmail.com

事業に関するお問い合わせ：港区教育委員会事務局教育推進部

生涯学習スポーツ振興課スポーツ振興係 03-3578-2747

