

円の動きにより、人と衝突しない「和合の精神」を学びます

合気道教室

合気道は、相手と争わず、力を調和させる武道です。
攻撃を受け流し、円の動きで制することで、自他共に成長を目指します。
技の習得を通じて、柔軟な身体と冷静な心を養い、
礼儀や集中力を身につけます。
筋力に頼らないため、年齢や性別を問わず続けられます。
心と体を磨き、調和の境地を目指しましょう。

【日 程】 令和7年 12月 7・14・21・28日 (日曜日)

【時 間】 17時30分～18時30分

【会 場】 都賀コミュニティセンター 1階 大広間

【参加費】 4,000円 (全4回分) ※税込、保険料含む

1回：1,000円、2回：2,000円、3回：3,000円 ※1回から参加可

【持ち物】 運動しやすい服装、タオル(汗拭き用)、飲み物(水分補給用)

【定 員】 12名 ※先着順 ※高校生以上 ※女性・高齢者も歓迎

※定員になり次第締切りとなります (また定員が5名以上集まらない場合は中止になることもあります)

【講 師】 公益財団法人 合気会公認 千葉合気道友会

吉井昭宏 先生 (六段)

都賀コミュニティセンター 1階受付でお申込みください

【お申込み・お問い合わせ】

都賀コミュニティセンター

住所：千葉市若葉区都賀4-20-1 / TEL：043-233-4211

HP：

都賀コミュニティセンター	検索
--------------	----



コミュニティセンターの
ホームページにLINK