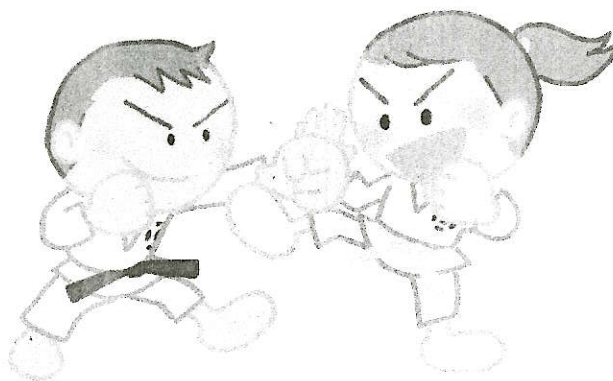


きたえよう！ こころ と からだ

少林寺拳法 教室



少林寺拳法。

合掌礼(がっしょうれい)から合掌礼で終わる少林寺拳法。

小さなことに全力で取り組み、小さなことを確実にする子になろう！

自分を変えよう！ 少林寺拳法の教えで私は輝く！

どんな練習をするの？(修練内容の一部です。)

- *座って静かに精神統一、気持ちを落ち着かせよう！
 - *全員で基本練習、単独練習も皆でやると元気が出るよ！
 - *友達と相対練習、先生や先輩が細かく教えてくれるよ！
- 二人一組の相対練習は、健康な体づくりに加え、互いの向上を願う思いやりの心を育み、団体生活のルールも学ぶことができます。

練習日程	水曜日…午後5時～7時
会場	塩釜ガス体育館（第二競技場）
講師	少林寺拳法 正範士七段 土佐 久 大拳士五段 三浦 郁美
会費	月額 3,000 円
対象	※(一財)少林寺拳法連盟入会の登録料、スポーツ安全保険料等その他諸経費が必要です。 小学生（1年～6年生の男女）
申し込み	随時、見学・体験を受け付けております。 練習時間に直接体育館においでいただくか、下記問合せ先に連絡をお願いします。
問い合わせ	塩釜ガス体育館 Tel362-1010 土佐 久 Tel090-9637-8079（携帯）