

令和5年度 初心者弓道教室 講習生募集

弓道は年齢や性別に関係なく、体力に自信のない方でも気軽に始めることができます。また、スポーツとしての楽しみだけでなく、正しい姿勢を保ち・呼吸を整え・心の動きをコントロールすることで。社会生活での平常心の保持や心身の健康増進に役立てることができます。激しい運動ではなく、いくつになっても続けられます。あなたも、的を射抜いた時の爽快感を味わってほしいと思います。

ただし、初心者が的を射抜けるようになるには最低この15回のカリキュラムが必要だと考えます。また経験者の指導の下でなくては危険を伴いますので1人での練習は、上達するまでお断りします。

この機会に是非一度、弓矢を手にとってみませんか？道具はお貸しできます。

- ◆対象 高校生以上 性別問わず
- ◆場所 かほく市 七塚武道館 弓道場
- ◆期間 2023年8月21日(月)～10月16日(月) 計15回
- ◆時間 午後8時～午後9時30分
- ◆参加費 6,000円(スポーツ障害保険・テキスト・ゴム弓等を含む)
- ◆服装 運動しやすい服装・靴下(裸足は厳禁)
(前ボタンやポケットが無いもので、Tシャツやトレーニングウェア等)
- ◆定員 6名(先着順・定員になり次第締め切ります)
- ◆申込 河北台健民体育館 事務所 まで 申込書をご持参ください
TEL(076)283-4559



見学会 8月17日(木) 午後8時から(受講の有無に関係なくどなたでも参加可能です)

※弓道経験者で再開したい方、歓迎いたします！教室には入れませんが見学会にいらしてください。

お問合せ: kyudo.kahoku@gmail.com (どんなことでもお気軽にご連絡ください！)

キリトリ

弓道教室申込書 (参加費は8月21日開講式にご持参下さい)

ふりがな	性	生年月日	住所
氏名			
	男	昭和・平成 年 月 日	〒
			TEL
	女	昭和・平成 年 月 日	〒
			TEL