

体験教室 CREO de KENDO ～女性のための武道体験～

スポーツ界での女性の活躍は言うまでもありませんが、剣道も例外ではありません。正しい姿勢が身に付くばかりでなく、肩甲骨が柔軟になる効果があります。またストレス発散効果や女性の護身にも役立ちます。

場所

クレオ大阪中央

大阪市天王寺区上汐5丁目6番25号

地下鉄谷町線「四天王寺前夕陽ヶ丘」駅①番出口下車徒歩3分

日程

令和2年

1月9日、16日、23日 各木曜日 全3回

時間

10時～11時30分

講師

大阪武道振興協会所属剣道担当講師

高木 美樹 五段

受講料

3回で4,000円（竹刀レンタル料含む）

定員

20名

対象

女性

締切日

1月7日(火)

小学生から志した剣の道も早や20年、現在修道館で小学生を指導している高木美樹五段。礼にはじまり礼に終わる厳しい武道を気軽に体験できるチャンス。クレオで心身共につよく、美しい女性をめざしましょう。



高木美樹五段

※ 動きやすい服装でご参加ください

※ 申込方法：ファックスかお電話でお願いします

主協

催：公益財団法人大阪武道振興協会

賛：公益社団法人大阪府剣道連盟