



10月25日(日)

16:00~17:00

入門カラテ

講師：蛭田(ひるた)

極真館栃木・茨城県支部師範

空手道の型や突き、蹴りの動作を行いながら、体全体の使い方を学びます。
自分自身を守るための護身術も
学ぶことができます。

場 所：スポーツ棟1階スタジオ

対 象：中学生以上

定 員：20名（先着順）

料 金：500円（税込）

持ち物：飲み物、タオル

（動きやすい服装でお越しください）

WEB申込み

10月1日(木)9:00~受付開始

WEB申込みは
こちらから



※お支払いは当日に現金払いとなります。

※お申込の際にご提供いただく個人情報は
厳重に管理いたします。

エイブルスポーツ交流センター

〒306-0047 古河市立崎510-1

TEL 0280-22-3500