



6月21日(日)

16:00~16:45

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

持ち物：飲み物、タオル（動きやすい服装でお越しください）

エイブルスポーツ交流センター

TEL 0280-22-3500

ホームページ内、イベントタブからお申し込みください→

