

☆ 2022 新極真会 大阪北支部 夏休み暑中稽古会要項 ☆

日時 令和4年8月11日(木・祝)
 会場 大阪府守口市河原町9-2 ☎06-6992-8201
 京阪電車 守口市駅下車…徒歩2分 地下鉄谷町線守口駅下車…徒歩8分
 車の方は、京阪デパートの駐車場又は近隣のコインパーキングをご利用ください。

日程 入室は、正午より可 12:30 稽古開始 ◎準備運動・基本稽古(全員で稽古)
 ◎回転移動稽古 初級 中級 上級(レベル分けします)
 ◎型 ①平安そのI裏及び平安そのII裏 臥龍 ※棒の型(チオン)
 ※棒の型の指導を受けたい方は、四尺又は五尺又は六尺の棒を用意して下さい。
 ホームセンター等で販売している木の丸棒でも可
 ◎逆手の稽古 「秘伝極真空手」大山総裁著に準拠して指導します。
 ◎交流組手稽古(全員で稽古) 整理運動・清掃・終了
 移動稽古・型・組手はレベルで分けます。稽古は17:00までには終了します。
 具体的な稽古スケジュールは、大阪北支部HP上で発表します。
 URL <http://osaka-shinkyokushin.com>

参加料 1,000円(税込み・保険料を含む)
 持ち物 マスク、空手着、タオル、サポーター、ヘッドガード(インナーシールド着用)
 健康保険証、その他稽古中の水分補給の飲料等 稽古の服装は短パン・Tシャツも可
 申込み締切 令和4年7月28日(木) 大阪北支部必着 道場内又切り 7月20日(水)
 申込先 ※個人で申し込まず、必ず支部長を通じて支部単位でお申込みください。

〒575-0021 大阪府四條畷市南野3丁目1-51
 新極真会 大阪北支部 事務局

問合せ先 090-1447-2972(前田まで) eメール maeda_dojo@yahoo.co.jp

※今回は岐阜支部指導員の参加はありません。しかし珍しい内容の稽古です是非ご参加下さい。

◎体育館より中止の要請がある場合は稽古会を中止します。
 その場合は保険料(300円)を除く参加料を返却します。
 但し、体調不良や個人の都合で稽古を休む場合は返金しません。
 2階体育館入口で検温して入館してください。37度5分以上の方は入館できません。
 体育館内では稽古以外ではマスクの着用、こまめに手指消毒と手洗い等、一般的な感染対策マナーを守ってください。稽古参加者の付き添いは1名とします。

切り取り線

2022 新極真会 大阪北支部 夏休み暑中稽古会申込書

ふりがな 氏名							性別	男 女
住所	〒						☎	
所属支部	支部	生年月日	年 月 日			年齢	歳	
		西暦						
参加者身分 ○で囲む	幼年	小学	年生	中学生	高校生	大学生	一般	
連絡事項								円