



横浜市女史部

これからの予定と活動報告

今後の予定

☆ 『平日定例オープン練習会』

4/24(火) ・ 5/15(火) ・ 6/12(火)

9:00～10:00 形練習会

10:00～12:00 組手練習会

12:00～13:30 会議室ランチ

神奈川県立武道館にて 参加費 ¥200/人 (保険代他)

※ 参加お申し込み・質問等は下記アドレスまで

hamaku.jyoshibu@gmail.com

お待ちしております\(^o^)/

※ 『定例練習会 = 平日定例オープン練習会』 女子・女性のみ参加可。他市・他都県参加可。

※ 『プラスワン練習会 = 土日祝日プラスワンオープン練習会』 男女参加可。子供・学生・大人参加可。他市・他都県参加可。

【3/4 土日祝日プラスワンオープン練習会】活動報告

住友電工大船工場体育館に、男女問わず幼年から成人まで男女あわせて 150 人が集まりました。今回はアジリティプログラムの紹介も行い、運動能力向上を目指しました。

次回のプラスワン練習会企画は現在場所を検討中です！会場が見つかり次第、またお知らせいたします！今回の練習は如水会湘南正拳さんに会場をお借りしての開催でした。ご協力ありがとうございました。

土日祝日、会場お貸出しを募集しています。横浜女史部 Gmail へ、是非ご連絡ください！



【3/13 平日定例オープン練習会】活動報告

今日も元気な空手女史が集まりました。

基本 → 形 → ラダー → 組手 → 審判 → 会議室ランチと盛りだくさん。

皆様のご参加を心よりお待ちしております！

まだまだ練習会行います！

