

2023年8月吉日

市 連  
地区連 事務局長 殿  
高体連

神奈川県空手道連盟  
会長 市川 文一  
理事長 秋山 聡  
女性部会長 木村 久乃  
(公印省略)

## 2023年度 第2回女性セミナーの開催について (通知)

盛夏の候、貴台におかれましては益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。

女性部会による、今年度第2回目のセミナー開催のお知らせです。

小学生から一般まで、また空手道初心者から高段者まで県連の女性会員に役立つ企画で、幅広くご受講できる内容となっております。

今回の特別講習会はファスティングカウンセラーで健康アドバイザーの田坂真理亜先生による、～きちんと選ぶ食事・もっと自分の体を大切にしよう♪～をテーマに「アスリートの体づくり」を用意致しました。

特別講習会には県連会員の保護者の受講も可能です。

皆さまお誘いの上、奮ってのご参加をお待ちしています！

記

[日時] 2023年9月16日(土) 12:00～18:00

[会場] 神奈川県立スポーツセンター

アリーナ1 サブフロア

神奈川県藤沢市善行7丁目1-2

※駐車場はありませんので、公共交通機関をご利用ください

[受講対象者] 神奈川県空手道連盟会員(特別受講のみお父さん・お母さん参加可)・小学生～一般

(受付にて県連会員証をご提示ください)

※こども審判手帳・審判手帳をお持ちの方は押印しますのでご持参ください

[受講料] 小・中・高校生 2,000円

一般 2,500円

特別講習会のみ参加者 1,000円

(県連会員証をお持ちのお子様のご父兄)

※県連男子会員のお母さまも受講可能です

[セミナー内容]

- 12：30～ 受付（特別講習の受付も12：30）
- 12：45 受付終了
- 13：00～ 開講式
- 13：15～ 準備体操
- 13：30～ **基本形・指定形講習会**（道着着用）  
★今年度は他流派の形も練習出来るよう、2つの流派を  
用意致しました。普段は稽古できない他流派の形を参  
加者全員で楽しみながら練習していきます。
- 13：30～ 秋山 聡（糸東） 平安五段・バッサイダイ
- 14：00～ 船橋 智義（和道） ピンアン五段・チントウ  
※各講師の都合による当日の変更はご了承ください
- 16：30～ 写真撮影
- 16：40～ 特別講習会【 田坂真理亜 先生 】  
テーマ「きちんと選ぶ食事・もっと自分の体を大切にしよう♪」  
～アスリートの体づくり～  
※講師紹介  
・ファスティングカウンセラー  
・健康アドバイザー
- 17：30 閉講式

[県立スポーツセンター使用用の注意]

- ① 体育館と体育館の間での道路での待機は禁止しますので、別の場所、もしくは体育館駐車場で待機をお願い致します。
- ② 体育館内のロビーや廊下での待機も禁止し、体育館内に入って見学下さい。体育館内に入れるのは、特別講習会参加者のみです。
- ③ 着替えは必ず更衣室を利用下さい。体育館内での着替えはしないようお願い致します。
- ④ 敷地内は全て禁煙です。お守り下さい。

[持参品] 道衣・帯・水分・タオル・特別講習受講者は筆記用具・タオルも持参の事。  
※靴袋を持参してください。

[注意点] マスクなどの感染症対策については個人の判断と致します。  
当日は講習会記録の為、写真撮影を行います。掲載を差し控えて欲しい、  
等がある場合は、小屋敷までご連絡下さい。

[申込先] 参加費は当日受付にて。申込書は下記アドレスまでデータで送信をお願い致します。

※件名に、「講習会申込」と記載をお願い致します。

E-mail [koyashiki-sumiyo@kvf.biglobe.ne.jp](mailto:koyashiki-sumiyo@kvf.biglobe.ne.jp)

[事前申込締切] **2023年9月3日(日)**

※事前申込のみとし、当日の参加は原則無し、と致します。

※申込受領確認の返信メールを送ります。3日以内に返信がない

場合は、上記アドレスまでご連絡下さい。

[問い合わせ先] 〒247-0011 横浜市栄区元大橋 2-3-6-103 小屋敷律子 090-3900-3505

# 第2回 女性セミナー



2023年9月16日(土)

12:30～17:45

神奈川県立スポーツセンター  
アリーナ1 サブフロアー

特別講習には県連会員の保護者  
(男女ともに)の受講も可能です。

皆さまお誘いの上、奮ってのご参加  
をお待ちしています！

## 第1部 基本形・指定形講習 13:30～16:30

他流派の形も稽古できるチャンス



前半：糸東流  
講師 秋山聡 先生  
平安五段  
バツサイダイ



後半：和道流  
講師 船橋智義 先生  
ピンアン五段  
チントウ

## 第2部 特別講習 16:40～17:20

～きちんと選ぶ食事・もっと自分の身体を大切にしよう♪～

持ち物 ノート・筆記用具等



講師 田坂真理亜 先生  
KENJE平塚LUSCA 美容師  
ファスティングカウンセラー  
健康アドバイザー

今回は「食」をテーマにした特別講習です！  
アスリートの体作りのために親子で食を見直しましょう！

受講対象者 ※受付にて県連会員証をご提示下さい。

神奈川県空手道連盟女性会員(小学生～一般)  
県連女子会員のお父様、お母様(特別講習のみ)  
県連男子会員のお母様(特別講習のみ)

受講料 ※当日受付にてお支払い下さい。

小・中・高校生 2,000円  
一般 2,500円  
特別講習のみ 1,000円

お問い合わせ・お申込み メールアドレス koyashiki-sumiyo@kvf.biglobe.ne.jp

締切 2023年9月3日(日)

※事前申込のみとし、当日の参加は原則無しと致します。詳細は神奈川県空手道連盟ホームページをご確認下さい。