

2025/11/03

道場会員・保護者様 各位

空手道 高田道場
<https://karate-challenge.org/>



イベントのご案内

■ 体験レッスン&杉板割りチャレンジ&ミニ大会

千代田区の「生涯学習団体 1日公開講座事業」として、公開レッスンを行います。
基本的な稽古のあと、杉板割り、また、ミニ大会にチャレンジします。
初心者も参加できる内容です。お知り合いの方にも、ぜひご紹介ください。

- <日時> 2025年12月15日(月)
18:00開場、18:30開始、20:30頃終了予定
- <場所> 麻町集会室2階和室A
- <対象者> 既存会員と未入会の体験申込者。最大40名程度
- <内容> 合同レッスン(全員): 準備運動、基本・移動稽古、形、ミット打ち
杉板割りチャレンジ(全員)
練習試合(既存生徒の希望者。体験者は見学)
・形または基礎組手の各人1試合ずつ
・紫帯以上の既存生徒は必参加、黄帯以下は希望者参加可
・形は自由形(教室で教えている形は、何でもOK)
・組手は基礎組手(中段と下段のみ)で防具必須(ソーターと面胴)
- <申込> 既存生徒は、下記の申込書を提出ください
未入会の方は、Webサイトの「無料体験はこちら」から申込んでください

※ 12月のレッスン会場

月曜日はすべて麻町集会室2F和室A、水曜日はすべて同・3F和室Bです。

-----きりとり-----きりとり-----

12/15合同レッスン参加申込書

※12/3締切※

氏名 _____ 身長 _____ cm 体重 _____ kg

チャレンジする杉板枚数 () 枚 ※過去の成功枚数プラス1枚。初チャレンジは1枚

練習試合種目(○をつける) 形・基礎組手・練習試合は不参加 ※紫帯以上は基本的に必参加