

# こどものための

## 少林寺拳法護身術教室

危険から身を守るために、少林寺拳法を用いた「護身術」を学びませんか？

どうやって逃げるか!/? 子どもから大人まで一緒に学びます。健康増進、運動不足の解消、ストレス発散、礼儀作法の身に付け等にもお勧めです。親子でのご参加、大歓迎です。

開催日時 平成30年 11月11日 11月18日 11月25日 12月2日  
日曜日 全4回  
午前9時30分～10時45分

場所 高洲コミュニティセンター 3階ホール1  
JR京葉線「稲毛海岸駅」より徒歩5分(イオンマリニピア店の隣り)

指導者 千葉県公認スポーツ指導員  
少林寺拳法 六段 平岡 和晶

11月11日の回では  
千葉西警察署移動交番係の  
おまわりさんから  
防犯に役立つ  
ワンポイントアドバイスが  
あります

対象 **5歳以上**

参加者が小学生以下の場合、保護者の方が同伴してください。

参加費用 1,000円(全4回分、テキスト代等)  
参加者が小学生以下の場合、同伴の保護者は無料でご参加いただけます。

定員 20名(先着順、要申込)

持ち物 タオル、運動できる服装、水分補給の飲み物

申込方法 高洲コミュニティセンター1階事務所へ参加費用を添えて  
お申し込みください。(電話・FAXでご予約頂けます。)

# 高洲コミュニティセンター

〒261-0004 千葉市美浜区高洲3-12-1 電話043(277)3000 FAX043(277)0507