

◆初めての方へ・よくある質問

Q どんな護身術を習えるの？

A 少林寺拳法という武道をお教えます

Q 少林寺拳法って中国生まれのアチョー！なやつ？

A いいえ。日本で生まれた護身術です

Q どんな武道なの？

A 空手のような突きや蹴り、合気道のような抜き・投げ・関節技を学べる武道です

身を守るために必要な様々な動きを体験できます。
もっと知りたい方は、是非講習会にお越しください！



田中先生

一緒に楽しく
身体を動かしましょう

◆当日の内容

前半

少林寺拳法のご紹介、基本的な構えや型の練習、ミットを使った突きや蹴り

後半

技法修得クラス・ミット打ちクラス・護身術体験クラス
(後半は好きなクラスを選択してもらう方式)

※技法修得クラスに1年間参加していただくと、6級緑帯までの技術を体験いただけますよ
(緑帯：白帯の次の帯色)

◆2025年講習会スケジュール(予定)

2月5日・4月9日・6月11日・8月6日

10月8日・12月10日

◆Xのアカウント

千代田区少林寺拳法協会 (@chiyodashorinji)

Xのフォローよろしくお願いします

