

昭道館合気道

新規稽古生募集！！

これからの時代は、老いも若きも、男も女も、国民総スポーツの時代です。スポーツによって、心とからだを健康に保ちましょう。スポーツは生涯続けることで効果があります。だから**生涯体育**という言葉があります。

合気道は、そのための条件を完全に備えております。**合気道**は古い柔術から生まれた新しい武道です。**昭道館合気道**の特色は、「当身技」と「関節技」とを新しい体系にまとめたものです。これらの「わざ」は、柔術の中のとくに技術性の優れた有効な「わざ」です。

練習方法は、「形」稽古と「乱取」稽古とに大別されますが年齢と体力に応じて、次のように分けて行います。

子供のためには…

姿勢・移動・崩し・受身などの基本の「形」に中心をおき、敏捷性・安全性・しつけ教育に重きをおきます。

青年のためには…

「形」と「乱取」にすすみ、競技の厳しさと面白さとを体験し、勝負を通して瞬発力と気力を養います。

女子のためには…

「手刀法」「離脱法」に力を入れ、護身性の「わざ」を修練します。これによって、姿勢を良くし、柔軟性と巧緻性を養います。

壮年および老年のためには…

「形」稽古に中心をおき、古い柔術の剣、槍などの多角的「わざ」をも研究します。これによって、とくにからだの柔軟性を保ち、老化を防ぎ、健康の保持に役立っています。

稽古日：毎週月曜日

午後 6:15～7:15(少年部 小学 1～6 年生)

午後 7:30～8:30(成人部 一般男女※中・高生を含む)

場所：高石市立体育館 2F 柔道場

お問い合わせ

日本合気道協会中央道場 昭道館 担当指導員：菅野 健太郎(四段)

TEL:090-8502-0722 FAX:06-6622-2046 E-mail:k.sugano0303@gmail.com

http://maps.google.co.jp/maps/place?cid=3184509991142451327&q=%E5%A4%A7%E9%98%AA%E5%BA%9C%E9%AB%98%E7%9F%B3%E5%B8%82%E9%AB%98%E5%B8%AB%E6%B5%9C%EF%BC%93%E4%B8%81%E7%9B%AE%EF%BC%91%E2%88%92%EF%BC%92%EF%BC%94+%E9%AB%98%E7%9F%B3%E5%B8%82%E7%AB%8B%E3%82%B9%E3%83%9D%E3%83%BC%E3%83%84%E6%96%BD%E8%A8%AD%E4%BD%93%E8%82%B2%E9%A4%A8&hl=ja&ved=0CA4Q-gswAA&sa=X&ei=jfDeTpLvJ8bpkAXIzbTmBA&sig2=881_yG_fcYOTjISCItiejw

