

☆ 飯田川教室 練習生募集 ☆

メタボ対策、健康づくり、ストレス発散に♪
新しい動きをすることで脳トレにもなります！

60歳を過ぎて始めた方も在籍しています。

親子、女性、誰でも無理なく、マイペースで続けられます。



◆健康コース

(すべての方が対象、ダイエットなどを目的に、軽めの動きをします)

◆少年部 (3歳~小学生)、一般 (中学生以上)、女子、壮年 (35歳以上)

◆練習場所・時間等：トレイクかたがみ 研修室2 15:00~17:00 土曜日
(14:00~16:00の時もあります。)



国際空手道連盟極真会館 安齋派 秋田県本部 阿崎道場

師範 阿崎 広行 連絡先 080-6030-6165

男鹿支部長 吉武 舞 連絡先 090-6781-3466

(お問い合わせはどちらでもかまいません。お気軽に♪)

ホームページ 検索 ⇒ 極真 阿崎道場

男鹿支部 Instagram @kyokushin_oga_akita