



**INTERNATIONAL
TAEKWON-DO
FEDERATION
JAPAN**



組手交流会のお知らせ

2024年4月24日
中部テコンドー連盟技術部

以下の日程で組手交流会を行います。

日時 : 2024年5月12日(日) 14時~17時
場所 : 岐阜市西部体育館 柔道場・剣道場
住所 : 岐阜市鏡島南 2-8-40
TEL : 058-251-2757
参加費 : 無料
参加資格 : 防具を持っている方全員 (保険には加入済みであること)
その他 : 道着でなくてもOKです。動きやすい格好で問題ありません。

練習内容 :

2分1ラウンド、インターバル1分にて組手を繰り返します。
新しい技術(試したい技術)を用意して来ていただくと良い練習になります。テコンドーに限らず取り入れられるものはどんどん取り入れていきましょう。

必要に応じてワンポイントアドバイスを入れて組手以外の練習を行うこともあります。

よろしくお祈いします。

一般社団法人日本ITFテコンドー協会
中部テコンドー連盟

〒500-8362 岐阜県岐阜市西荘3-5-63
TEL : (+81) 91-9172-2541



International Taekwon-Do Federation JAPAN
Tyubu Federation

3-23-13 Funabashi Setagaya-ku Tokyo JAPAN
TEL : (+81) 91-9172-2541