

スパーリングセミナーのお知らせ

11月度のスパーリングセミナーを以下のようにご案内させていただきます。

当初の予定では13日でしたが、私がロシア遠征が入りましたので、日程を変更させていただきます。

今年最後のセミナーとなります。参加者の皆さんにイメージに焼き付けるように、私自身全力で動き、上達への指針の一つになればと思います。

【日時】

11月6日 13:00~16:00

【場所】

岐阜市西部体育館

住所：岐阜県岐阜市鏡島南2-8-40

TEL: 058-251-2757

JR 西岐阜駅から徒歩11分 駐車場有

【参加方法】

当日に参加費の2000円を手渡しにてご提出ください。

なお、ミットを持つ『持ち手』として保護者が参加することもOKです。その場合は保護者は無料でご参加ください。

【持ち物】

動ける服装（道着でなくてもOK）

防具

軍手

飲み物・タオル