

横浜武道館



日本の伝統文化
武道

武道体験

この機会に
体験してみませんか

少林寺拳法



現代を生きる私たちを悩ませる
さまざまな「現代病」
武道 少林寺拳法を楽しみながら
その基本動作を通して
人間本来の正しい身体の使い方を
習得し心身ともに健康で夕つな
頼れる自分を手に入れてみませんか

2023.6.26 (月)

横浜武道館 1階武道場

※詳細は裏面をご覧ください

横浜武道館・武道体験教室

「少林寺拳法」

おひとり様、親子での参加、大歓迎！

年齢、性別、国籍問わず、初心者から経験者まで参加できます。

見学のみの
OK!!

開催日時 (全4回開催)	2023年 6月26日 (月) ※内容はすべて同じです			
	①15時30分	②16時30分	③18時00分	④19時00分
体験時間	各回45分			
内容	武道(少林寺拳法)を楽しみながら、その基本動作を通し人間本来の正しい身体の使い方を習得、心身ともに健康でタフな頼れる自分を手にいれよう			
参加料	500円 (スポーツ傷害保険料含む)			
参加申込方法	電話による事前予約制(横浜武道館1階受付でも承ります) ☎ 045-226-2100 (横浜武道館) ※定員に空きがある場合は「当日参加」も承りますので、お問合せください			
主催者	横浜武道館・横浜市少林寺拳法連盟			
定員	各回 30名 程度			
持ち物	動きやすい服装(更衣室あり)、タオル、飲み物 ※上履き不要(畳の上で裸足で体験いただきます)			
会場	横浜武道館 1階武道場(畳面) 〒231-0028 神奈川県横浜市中区翁町 2-9-10 JR京浜東北/根岸線「関内駅」南口徒歩 6分 横浜市営地下鉄ブルーライン「伊勢佐木長者町駅」より徒歩 4分			 横浜武道館 ホームページ

注意事項：

○万が一の体験中のケガなどに備え、参加料にはスポーツ傷害保険を含んでいます。

※横浜武道館までの移動中の事故等は各自の責任とさせていただきますので、ご了承ください。

武道の理念

武道は、武士道の伝統に由来する我が国で体系化された武技の修練による心技一如の運動文化で、柔道、剣道、弓道、相撲、空手道、合気道、少林寺拳法、なぎなた、銃剣道を修練して心技体を一体として鍛え、人格を磨き、道徳心を高め、礼節を尊重する態度を養う、国家、社会の平和と繁栄に寄与する人間形成の道である。



日本武道館
ホームページ

平成二十年十月十日制定
日本武道協議会

《目指す人間像》

少林寺拳法では、修練や活動を通じて、以下のような人になることを目指しています。

- 自分の可能性を信じることができる人
- 自分の考えをはっきり言えて行動できる人
- 他人の幸せを壊すのではなく、つくることを考えて行動できる人
- 正義感と勇気と思いやりを持って行動できる人
- みんなとともに、理解し合い、協力し合う生き方ができる人
- 前向きに、生きる楽しさを共有できる人



少林寺拳法連盟
ホームページ