



カンフー体験会開催!



バランス力UP!

カンフー独特の動きにより、
バランス力が向上します!



正しい姿勢を!

正しい姿勢を作れば、
100kg以上の負荷にも平気で
耐えられるようになります!



強く・美しく!

すばやくビタっ!と
カッコいいポーズを取り、
強く・美しくを体現しましょう!



体験日時

令和8年10月18日(日)
9:45~10:00 受付
10:00~11:30 体験会



会場

神戸市立磯上体育館
多目的室 (1階)



対象者

18歳以上



持ち物

参加費 300円
動きやすい服装
室内シューズ
飲み物



講師名: 尾高 弘輝 (おだか こうき)
受賞歴: 2017年度日本チャンピオン
所 属: すば一つくらぶありの、カンフーサークル常笑輝龍etc

【その他】

申込期間: 9/1~9/20まで
お問合せ: 神戸市立中央体育館
電話番号: 078-341-7971
主 催: 神戸総合型地域スポーツクラブ
全市連絡協議会 女性委員会

お申し込みは
QRから!

