

西村誠司 組手 テクニックセミナー

in 相模原

元世界チャンピオンに
直接指導を受けられるチャンスです！

2020年

3/1 日 10:00～16:00

相模原ギオンアリーナ 中体育室 (相模原市立総合体育館)

セミナー内容

- 第一部 (10:00～12:00) 体幹・瞬発力トレーニング
- 第二部 (13:00～15:00) 組手テクニック
- 第三部 (15:00～16:30) 組手試合形式

* 第三部では、当日選ばれた代表選手による模範試合を行い、西村先生からコメントをいただきます！

* セミナー終了後に懇親会を行います (任意参加・実費)

対象 小学生～指導者
参加費 3,500円 (昼食込み)
申込締切 2020年1月27日 (月)

定員には限りがあります
(先着順)

講師 西村誠司 七段



(財)全空連公認七段
全日本空手道連盟 和道会 拳誠塾師範
元全空連ナショナルチームコーチ

第6回 全世界空手道選手権大会70kg級 優勝
第1回ワールドカップ世界選手権大会70kg級 優勝
フランス国際空手道選手権大会 優勝2回
全日本空手道選手権 優勝2回 準優勝1回
アジア太平洋空手道選手権大会 優勝4回

▶ 詳細および申し込み方法は、裏面をご覧ください

西村誠司 組手テクニックセミナー

日時	2020年3月1日（日）10:00～16:00（9:30 受付開始）
会場	相模原市ギオンアリーナ（相模原市立総合体育館） 中体育室 （神奈川県相模原市南区麻溝台2284-1） https://www.sagamiharashi-machimidori.or.jp/sougoutaiikukan * 総合体育館駐車場が満車の場合、周辺駐車場をご利用ください
対象	小学生・中高生・一般・指導者 * 年代やレベルによってクラス分けします
スケジュール	9:30～ 受付開始 10:00～ フィジカルトレーニング（ラダー・USAオリンピックトレーニング） 12:00～ 昼食（お弁当あり/体育室内は飲食禁止です） 13:00～ 組手テクニックセミナー（ステップワーク、先の先テクニック） 15:00～ 交流試合、当日選ばれた代表選手による模範試合および解析アドバイス
参加費	3,500円（昼食お弁当代込み）
懇親会	セミナー後、懇親会を予定しています。場所は検討中です。参加を希望される場合は、申し込み時にお知らせください。参加費は別途実費となります。
申し込み方法	各道場・所属団体ごとに別添の申し込み用紙にご記入頂き、メールにて事務局にお申し込み下さい。 【お申込み先メールアドレス】k09076301164@gmail.com
お支払い方法	参加費は各道場・所属団体ごとにまとめて頂き、事前に指定口座にお振込下さい。 【振込先】 平塚信用金庫 相模原中央支店 普通 0011332 順天会城山 金子三枝 * 恐れ入りますが、振込手数料はご負担下さい * お振込み後のご返金は原則として承りません
申込締切日	2020年1月27日（月） 先着順 * 定員に限りがあります。お早めにお申込みください。
持ち物	ノート、筆記用具、ジャージまたは体操服、体育館シューズ（運動靴タイプのもの。上履きは不可）、空手衣、防具一式、飲み物、タオル、保険証 * 午前中のトレーニングはジャージ・体育館シューズ着用で行います。 * ノート・筆記用具を必ず持参ください。
その他	<ul style="list-style-type: none">安全には十分に配慮いたしますが、万一の怪我、盗難・紛失などの事故についての一切の責任は負いません。会場内への入場は、参加者、引率者（指導者又は保護者）、関係者のみとし、その他の見学は禁止とさせていただきます。セミナー中の写真・動画の撮影、録音は関係者のみとさせていただきます。