

## 「日本拳法教室」のご紹介



日本拳法は、故澤山宗海（さわやま むねおみ）宗家が昭和7（1932）年に日本で初めて防具着装による実戦の拳法を創始されたことにその歴史を発しています。

安全な防具（面、胴、股当など）とグローブを着装することにより、突き・蹴り・投げ・逆捕りのすべての実践練習が可能となりました。試合や稽古では、殴打技、蹴り技、投げ技、関節技など、さまざまな技を繰り出し、実戦的かつ総合的な格闘能力や精神力を鍛えることができます。

警察や自衛隊でも採用され、護身術としても高い評価を得るとともに、海外においても人気の武道の一つであり、小学生から高齢者まで男女を問わず愛好されています。

当館では、金曜日の夕方に教室を開設していますので、興味を持たれた方はぜひご参加ください。

講座名	定員	対象	曜日	時間	開催予定日			講師
					4月	5月	6月	
日本拳法教室	10名	小学3年生 ～一般	金	18:30～20:00	15・22	6・20・27	10・17・24	石本 聰 桐田 清

### 講師プロフィール



石本 聰(いしもと さとし)

日本拳法兵庫県連盟 会長