「 合気道教室 」のご紹介

楽しく稽古して気力を充実させ健康に毎日を過ごしましょう。

合気道は、開祖・植芝盛平(1883～1969)によって創始されました。攻撃してきた相手の力をうまく利用したり、受け流して相手を導き動かし、自分より力が優っている相手を制することができるのが特徴で「争わない武道」や「護身術」とも言われています。

稽古は「取り(攻撃をさばいて技をかける)」と「受け(攻撃を仕掛け技を受ける)」を交代しながら反復練習を積み重ね、心と体を鍛えます。

また、合気道は試合を行いません。習熟度にあわせて技を繰り返し稽古し、心身の練成を図ることを目的としていますので、大人から子どもまで、男女を問わずいつでも始められ、生涯にわたって続けられる武道でもあります。

当館では、平日の午前中に稽古を行う「火曜教室」と土曜又は日曜の夕方に稽古を行う「土日教室」を開設していますので、ご都合に合わせていずれかの教室をお選びください。

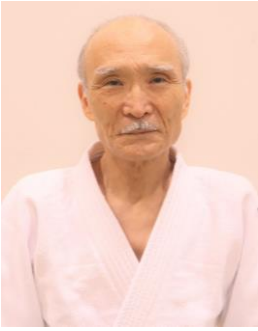
講座名	定員	対 象	曜日	時 間	開催予定日			講 師
					4月	5月	6月	
火曜教室	20名	小学生以上	火	10:00～11:30	4・11・18	2・16・30	13・27	中尾　眞吾
土日教室	20名	小学生以上	土･日	18:00～19:30	2・9・15	6・14・20	10・18	山田　芳朗

※赤字は日曜日･祝日

講師プロフィール

中尾　眞吾(なかお　しんご)

合気道7段位
合気道兵庫県連盟　会長
合気会神戸支部精武館　支部長



山田　芳朗(やまだ　よしろう)

合気道7段位
合気道兵庫県連盟　理事
兵庫合気会　会長

令和５年度
第Ⅰ期
（4月～6月）

兵庫県立武道館
HYOGO PREFECTURAL BUDOKAN

武道教室
受講生募集

随時見学歓迎

3月14日㊋
9:00より受付開始

武道を通して 心と体を鍛えましょう！

「武道は初めて!」と言う方にお勧めです。

武道入門教室

全8回　受講料：5歳～中学生以下 **1,800円**　一般（高校生以上）**3,600円**

※赤字は日曜・祝日

教室名	対象	曜日	時間	4月	5月	6月	講師	定員
柔道（入門）	5歳以上	土・日	10:00～11:30	2・15	6・27	3・10・17・24	藤本 栄二	20
剣道（入門）	5歳以上	水	17:00～18:30	19・26	10・24・31	7・14・21	岩崎 真由美 新田 真弓	20
弓道（入門）	中学生以上	火	18:20～19:30	11・18・25	9・16・23	6・20	大谷 直樹 南都 明彦	20

お申込み方法

❶下記の内容を、武道館窓口・お電話・FAXメールにてお知らせください。
①種目名　②氏名（ふりがな）
③性別　④年齢（学年）
⑤住所　⑥電話番号（自宅・携帯）

※各教室、2名以上からの開講となります。ご了承ください。
※小学2年生以下のお子様（運動教室除く）は、原則保護者同伴をお願いします。

❷郵便・FAX・メールでお申込みいただいた方には、電話にて受講の可否の連絡をいたします。

❸ 予約完了後、受講料をお支払い又は、お振込みいただく場合は、3月14日（火）以降にお願いいたします。
振込口座　姫路信用金庫 手柄支店　普通預金 0275032　名義 ザイ）ヒョウゴケンスポーツキョウカイ
※参加される方のお名前でご入金ください。また振込手数料はお客様負担になります。
※複数の教室の受講料、複数人の受講料を一度にお振込みされる場合は、TEL・FAX・メールでその旨を必ずお伝えください。

●健康に不安のある方、妊娠中の方などは、事前に医師の了解を得るなどしたうえでお申込みください。
●教室中のケガ等については応急処置は行いますが、その後の治療費については自己の責任における対処をお願いいたします。
●受講にあたって別途スポーツ安全保険【任意】の加入ができます。（詳細はお問い合せください。）
【掛金（1人年額）】高校生以上 1,850円・65歳以上 1,200円・中学生以下 800円 ※年度内有効
●各教室とも悪天候や講師の都合等により日程を変更することがあります。原則として当館から電話連絡等はいたしませんので、館内掲示板及び武道館のホームページをご覧いただくか、電話でお問い合わせください。
詳しくは「気象警報発令時における教室の休講について」をお読みください。
●お預かりした個人情報は厳密な管理の下、当館運営における範囲内でのみ利用させていただきます。
ご本人の同意なく、第三者へ開示・提示することはございません。
●開講日当日以降のキャンセルは、返金できません。ご了承ください。

兵庫県立武道館

お申込み お問い合わせは こちらまで

兵庫県立武道館
TEL 079-292-8210
FAX 079-292-9210
Mail budokan@hyogokenritsu-budokan.jp

申込みは先着順です。定員に達した時点で予告なく受付を終了する場合がございます。あらかじめご了承ください。またFAX、メールで申込みの方は、受付時間が3月14日の午前9時よりも前に着いたものは受付が出来ませんのでご注意ください。

兵庫県立武道館　でも情報を発信中!

令和５年度 第Ⅰ期（4月～6月）

武道教室

受講料
5歳～中学生以下 2,250円
一般（高校生以上） 4,500円

武道教室

※姫路藩古武道講座は無料　※赤字は日曜・祝日

教室名	対象	曜日	時間	4月	5月	6月	講師	定員
剣道錬成（少年）	小学３年生～中学生	水	18:30～20:00	19・26	10・24・31	7・14・21	岩崎 真由美 新田 真弓	20
剣道錬成（一般）	高校生以上	水	18:30～20:00	19・26	10・24・31	7・14・21	中田 善幸 榎 忠夫	20
剣道（女性①②）	一般女性	木	① 9:00～10:30 ②10:30～12:00	6・13・20	11・18	8・15・29	岩崎 真由美	①10 ②20
なぎなた（火）	小学生以上	火	10:00～11:30	11・18・25	9・23	6・13・27	松田 佐知子	10
なぎなた（金）	小学生以上	金	18:30～20:00	14・21	12・19・26	16・23・30	松田 佐知子	10
合気道（火）	小学生以上	火	10:00～11:30	4・11・18	2・16・30	13・27	中尾 眞吾	20
合気道（土・日）	小学生以上	土・日	18:00～19:30	2・9・15	6・14・20	10・18	山田 芳朗	20
太極拳（火）	小学生以上	火	10:00～11:30	4・11・18・25	9・16・23・30		田中 康博	20
太極拳（土・日）	小学生以上	土・日	18:30～20:00	2・9・22	6・13・27	10・24	田中 康博	10
空手道	中学生以上	火	10:00～11:30	18・25	9・16・30	6・20・27	諸岡 祥紀 名倉 義人	10
少林寺拳法（水）	小学生以上（経験者）	水	19:00～20:30	5・12・19・26	10・17・24・31		伊澤 啓介	20
少林寺拳法（金）	小学生以上（初心者）	金	19:00～20:30	14・21	12・19・26	16・23・30	伊澤 啓介	20
居合道	中学生以上 親子（小学２～６年生）	木	19:00～20:30	6・13・20・27	18・25	1・8	橋本 正雄	20
日本拳法	小学３年生以上	金	18:30～20:00	14・21	12・19・26	9・16・23	岩尾 勤	10
弓道（錬成）	中学生以上	火	19:30～21:00	11・18・25	9・16・23	6・20	大谷 直樹 南都 明彦	20
姫路藩古武道講座	５歳以上	土・日	14:00～16:00	2	7・20	10	姫路藩古武道保存会	-

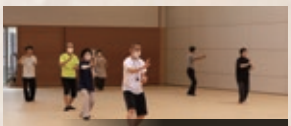
稽古会

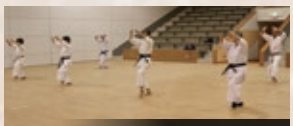
中学生以下 1回 200円　高校生以上 1回 450円

教室名	対象	曜日	時間	4月	5月	6月	講師	定員
剣道稽古会	①高校生以上 ②小学３年生～中学生	土	10:00～11:30	1・15	6・20	10・24	①長谷川 嘉則 ②岩崎 真由美	-
柔道稽古会	小学３年生以上（経験者）	水	18:45～20:15	5・12・19・26	10・17	14・28	藤本 栄二	-

トレーニング講座

教室名	対象	曜日	時間	4月	5月	6月	受講料	定員
ヨガ（Ⅰ・Ⅱ）	一般男女	金	Ⅰ:14:45～15:45 Ⅱ:16:00～17:00	14・21・28	12・19	2・9・23	4,200円	15
シェイプアップファイティング	一般男女	水	13:30～14:30	12・19・26	10・17・24	7・14	6,300円	15
ピラティス（リハビリ）	一般男女	火	14:00～15:00	11・18・25	16・23・30	6・13	4,200円	10
ピラティス（ボディメイク）	一般男女	火	15:15～16:15	11・18・25	16・23・30	6・13	4,200円	10
小学生運動教室	小学１年生～３年生	水	17:00～18:00	12・19・26	10・17・24・31	7・14・21	8,800円	15
幼児運動教室	幼児（3・4・5歳）	水	15:30～16:30	12・19・26	10・17・24・31	7・14・21	8,800円	15


太極拳
リラックス太極拳、深い呼吸と気の流れを味わってみませんか。

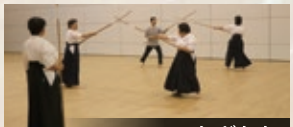

空手道
伝統を活かして楽しく学べる糸東流空手道。

合気道
楽しく稽古して気力を充実させ健康に毎日を過ごしましょう。

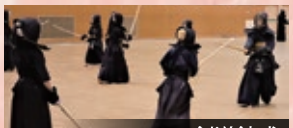
弓道
ストレス発散に、そして真剣に楽しく練習しています。

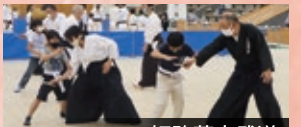
少林寺拳法
勇気と行動力、そして慈悲心を備え持った人を育てる修行を目指す。

柔道
柔道を通してココロとカラダを鍛えよう!


なぎなた
楽しく、正しいなぎなたで心も体もいきいきと!

居合道
伝統武道を通して健康と健全な精神力を身につけよう。


剣道錬成
経験者対象の剣道教室!上達、昇段を目指す方に!


姫路藩古武道
柔術と棒術を中心に技と体さばきを習得します。