

2018年度冬期

～「もしも」の事態に備えて～



# 護身術教室



身のまわりで起こりうる危機に対し、自分の「身」を安全に「護る」方法の基礎を学びます。

\* 日常における危機を想定した身の護り方について実践しますので、身軽な服装でご参加ください！（柔道着等は不要です）

\* 講師：神奈川県柔道連盟所属講師

開催日程：平成31年2月18日、2月25日、3月4日 \*月曜日 3日間コース

開催時間：19:00～20:30

参加対象：16歳以上

募集人数：20名（先着順）

参加料：1,540円(全3回) \*傷害保険料含む

会場：横浜文化体育館 ロビー

持ち物：動きやすい服装・室内シューズ、汗拭きタオル

申込方法：直接電話にてお申し込みください。（先着順、定員になり次第終了）

申込期間：2月17日(日)まで

支払方法：初回当日、事務室にてお支払いください。

注意事項：健康状態に不安がある方は、予め医師の許可を得てからお申し込みください。

\*その他詳細につきましてはお問い合わせください。

女性の方の参加  
♪大歓迎♪



【主催・問い合わせ】横浜文化体育館

指定管理者：横浜市体育協会・ミズノ共同事業体

〒231-0032 横浜市中区不老町2-7

TEL 045(641)5741

FAX 045(641)5744

URL [http://www.yspc.or.jp/buntai\\_ysa/](http://www.yspc.or.jp/buntai_ysa/)

