

2026

会派・流派を問わずオープン参加可能
ワンランク上の自分を目指せっ!!

空手道 スキルアップセミナー IN 泉大津

令和8年7月20日(月) 12:30~16:00
泉大津市立総合体育館 2F剣道場・柔道場

「空手のためのコンディショニング」

地を踏む! 空手足を鍛える!
怪我の予防からパフォーマンスアップまで



講師: 大倉 かな

西山真弓、嘉久詩乃、田中代悟

フィットネスインストラクター・トレーナー
ヤムナ®公認プラクティショナー
全日本空手道連盟公認四段

大阪のスポーツクラブを中心に20年、グループ
指導やパーソナル指導でフィットネスに関わる。
「効率よく、無理なく動き続けられる身体づくり」
をヤムナメソッドやピラティスを用いて目指す。



参加費: 小学生・中学生 2,000円 / 高校生・大学生・一般 3,000円
申込書に参加費を添えて道場へ申し込み下さい。

主催: 泉大津市空手道連盟

協力: 剛柔流大修会各館各支部 近隣都市空手道連盟

体育館の駐車場は台数が限られております。自転車、徒歩でご来場をお願い致します。やむを得ずお車で来られる場合は、周辺の有料駐車場にお停め頂き、路上・無断駐車等は絶対にしないでください。