

「中部女子柔術練習会」

名 称 : 中部女子柔術練習会
日にち : 2008年 5月11日(日)
場 所 : 公武堂MACS 3Fタイガーホール
内 容 :

●第1部 「女性のための格闘技”初心者”体験会」

集合13:00 / 開始13:30 / 終了15:00

内 容 : ①ストレッチ
②マット運動
③関節技体験
「腕十字固め・三角絞め・アームロック・チョークスリーパー、等」

講 師 :

★服部恵子 所属: ALIVE (柔術黒帯)
・2007年 柔術全日本OPEN 女子茶・黒帯61kg級 優勝

★高林恭子 所属: ALIVE (総合格闘技プロ選手)
・52kg級 12戦8勝3敗

●第2部 「中部女子柔術練習会」

集合15:30 開始16:00 / 終了18:00

内 容 : ①技術プチセミナー&質問会
②合同スパーリング

参加費 : 第一部500円・第二部500円
定 員 : 第一部20名 ・第二部20名 ※男子禁制
連絡先 : ALIVE (052-744-0802) / 公武堂 (052-241-2511)
予約は 電話又はメール(info@aliveacademy.net)でお申込下さい。