

令和8年度

SSCホワイエ上石神井



楽しく身を守る方法も
学んでみよう!



はじめての合気道

日常生活の動作にも役立ち、正しい姿勢が身に付きます。
まったく初めての方も一緒にゆっくりやってみましょう!

日時：月2火曜日 午前10時00分～11時30分

場所：上石神井体育館 第二武道場

対象：どなたでも

参加費：一人1回600円

持ち物：運動ができる服装、水分補給用の飲料、タオル

道具：手ぶらで大丈夫です。こちらで用意あり

講師：大島 貴美（養神館、岩間流など16年以上）

「姿勢を整えたりしながら楽しく行っていきましょう！」



令和8年（2026年）

日程： 4月 21・28, 5月 19・26, 6月 16・23,
7月 21・28, 8月 25,

※下期10月～翌年3月分は、9月頃に案内チラシを出します。

問合せ：SSCホワイエ上石神井事務局

mail / ssc-kamisyakujii@nerimassc.gr.jp

電話・FAX / 03-3929-8100

申し込み：下記申込書にご記入のうえ、上記へFAXまたは体育館カウンターの木箱にご投函下さい。

この事業は、練馬区スポーツ振興推進事業として委託されています。



HPで検索を!

キリトリセン

令和8年度 はじめての合気道申込書

SSCホワイエ上石神井 宛て はじめての合気道 参加を申し込みます。申込日 月 日

住 所 〒			
氏 名 / 年 齢	男・女	(年齢)	才
メールアドレス			
本人の連絡先TEL	緊急連絡先TEL	続柄 ()	

※氏名住所は名簿作り、保険等々に使用しますのでハッキリとご記入をお願い致します。

※申込書のご提出後、事務所よりご本人に連絡をとり、打合せをさせていただきます。