



から て どう

# 空手道

高槻市空手道連盟

## <空手道の魅力>

空手道の魅力は「生涯スポーツ」であることです。

老若男女を問わず、それぞれの体力に応じて稽古をすることができます。

稽古を通じて「体力づくり」「健康の維持」が期待でき、動作は左右対称にバランスよく動くことが特徴で、同時に腹式呼吸をする事から内臓の強化も図れます。

また、稽古には大きなスペースを必要とせず、いつでもどこでも稽古ができることも他のスポーツにはない魅力です。

空手道連盟では稽古を通じて相手を尊敬する心を養い、礼儀作法を身につけることを目標にして各道場で日々活動しています。

## <高槻市空手道連盟の活動>

○空手道選手権大会 4月

○毎月隔週で空手道教室を実施していますので、興味のある方はお越しください。

○日曜日 堤体育館

※実施日、時間については、たかつきデイズをご覧ください。

## <高槻市空手道連盟についてのお問合せは>

○ 石田聡志まで（電話 072-675-0338）

お近くの道場も紹介します

高槻市スポーツ団体協議会（開局時間 平日午前9時～午後4時）

〒569-0077 高槻市野見町2番33号 電話・FAX 072-673-7140

e-mail: takatsuki.sp.kyougikai@gmail.com <http://takatsukispk.grupo.jp/>

