

◆八尾市若者活躍場づくり事業◆
「みんなで空手を楽しもう！」
空手体験会
KARATE宮崎道場ユース



<活動内容>

空手を体験したことがない子どもたちに、フルコンタクト空手の技を教える事で子どもたちにスポーツの楽しさ、武道の礼儀正しさを学んでもらうと同時に自分たちも得意な空手を通じて地域の子もたちとの繋がりを深める機会を持ち、武道の奥深さを再確認していくためにこの体験会を実施しました。

<体験会の様子>



<各プログラムの内容>

1、まずは「礼」から

武道は何事も「礼」から始まります。



2、フォームの練習

武道にとって基礎！
安全の為に正しい基礎は大切です。



3、次はミット打ち！

楽しいミット打ちを
身体全てを使って体験♪
道場生がミットを持ってくれるので
安心♪安全♪



4、最後は杉板割りに挑戦

今日一日の練習の成果を発揮！
杉板が割れ、
子どもたちに自信ができました。



参加数70人以上 次回は3月28日(土)18:00～(予定)

<体験会で教え・教わり・学んだこと>

武道は「礼」が大切で、空手は楽しくて安全なスポーツだと感じてくれました。

この事業に参加でき本当に良かったです。ありがとうございました。 押忍！