

夜9時
迄の

多忙な保護者に自分の時間を！ 子育て支援

NPOカフェと空手教室で9時PM迄の子育て支援をします。
コミュニティカフェにて夕食を食べていただき、空手教室にて稽古をします。
保護者の方は、9時PMのお迎えとなります。

<実施日> 毎週水曜日

<対象> 小学校1年生以上

<支援の流れ>

5時45分 集合& 軽食

NPO法人 コミュニティカフェ「風のやすみば」に集合。
軽食を提供させていただきます。



6時45分 道場へ移動

移動サポートにより、文京区立林町小学校 体育館に移動します。
空手の先生なのでボディガードも兼ねます(笑)。



7時00分 空手の稽古

空手の稽古を通して、体を動かして体づくりや礼儀などの
人格形成の基礎を学びます。



9時00分 保護者お迎え

小学校の体育館にお迎えに来ていただきます。



<費用> 6,000円/月 (軽食・空手教室代込)

(金)は空手教室のみ実施しています。(参加はプラス1,000円となります。)

<その他>

- ・スポーツ保険(800円/年)に加入できます。
- ・軽食は、おにぎり、惣菜、汁物を予定しています。
(食物アレルギーがある場合は、事前にご相談ください。)

<実施団体> ・NPO法人 風のやすみば / 文京空手 池田道場

<企画推進> **TEAM空**

問い合わせ

TEL03-3944-8870 t.mlife@tcn-catv.ne.jp 池田俊幸



日曜

空手道倶楽部

Karate Team on Sunday

親子で!



仲間と楽しく!



美しく! 格好よく!



- ☆子供からシニアまで（4才～78才が在籍）
- ☆家族や仲間コミュニケーション作り
- ☆武道を通してお子様の体力づくりと人格形成
- ☆運動不足を解消、肥満などの現代病を予防

日時・場所

毎週日曜日 15:30～17:30 文京区立第九中学校 武道場

■場所や時間に変更になることがあります。事前にご連絡ください。

参加費

1回 500円/人 (1,000円/家族)

- 入会金 無料
- タオル・飲み物・運動ができる服装を持参ください。
- スポーツ保険 加入できます。



Webで

日曜空手道倶楽部

検索

問い合わせ 文京区空手道連盟 理事 池田俊幸

TEL 03-3944-8870 karatedo@aol.jp



MAIL