



2024年

カラテKIDSクラブ通信

日曜日	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
					1 五霞幼稚園 午前保育 11:15~12:15	2 本部道場 11:00~12:00
4 幸手ひがし 14:00~15:00	5 庄和こばと 14:30~15:30	6 杉戸百合 14:15~15:15	7	8	9 五霞幼稚園 14:15~15:15	10 昇級審査
11	12	13	14	15	16 五霞幼稚園 14:15~15:15	17 本部道場 11:00~12:00
18 幸手ひがし 14:00~15:00	19 庄和こばと 14:30~15:30	20 杉戸百合 14:15~15:15	21	22	23	24 本部道場 11:00~12:00
25 幸手ひがし 14:00~15:00	26 庄和こばと 14:30~15:30	27 杉戸百合 14:15~15:15	28	29		

連絡欄

2月にアンドレ先生が来日。先生はドイツ警察の格闘術教官。私との出会いは十数年前のドイツ・ベルリンセミナーでした。今回の目的は白水メンバーとのより強い絆を作ること。遠く日本の裏側から奥様と一緒に来館予定です。滞在期間は2月21日から3月6日



館長は2月から5月にかけて海外指導へ
 2月 ハンガリー(ブタペスト)
 3月 タイ(チェンマイ) 白水支部への指導
 5月 ドイツ(ベルリン)
 スイス(チューリッヒ)

本会は海外とのつながりが多い団体です。皆さんが希望すれば海外渡航へのお手伝いも出来ます。活躍の場は世界です！

体験教室



各会場にて随時体験を受け付けています。指導員までご相談ください。
 お問い合わせは白水公式LINEをご利用ください。

◆合同級審査会

日時 二月十日(土)
 場所 ぐるる宮代体育館 1階剣道場
 時間 九時~十時十五分
 終了十五分前になりましたら会場内へ。
 見学 終了十五分前になりましたら会場内へ。
 昇級 A・B・C級は無料。
 参加 準十級以上は審査料三千円。
 全員対象です。お休みしないよう
 にしましょう。稽古回数に含みませす。

アドバイス

- ・ 目付を確りと (足もとを見ず仮想の相手を見る)
- ・ 大きな気合い(スピード倍増)
- ・ 前屈立ちは、前脚の膝を爪先まで曲げるべし。
- ・ 中段突きの高さは鳩尾(水月)
- ・ 四股立ちは三角ではなく四角
- ・ 引き拳は胸の高さ



白水修養会館(本部道場)

〒345-0043 埼玉県北葛飾郡杉戸町下高野707-1
 TEL&FAX 0480-33-7205(道場)
 TEL090-1216-6642(代表:荒川)
 Mail: shiramizukarate@ezweb.ne.jp

白水LINEQRコード



ブログLINEQRコード

