

# はじめての 護身術教室



女性でも可能な方法で、自分の安全を確保する方法を学びます。

八極拳を活用し、実践を交えて分かりやすく、身を守る術を学びましょう！

2025年1月13日(月・祝)  
9:30~10:30

～相手を倒すことが目的ではなく、自分の安全を守る手段を学びましょう～

- 会 場 神戸市立磯上体育館  
神戸市中央区八幡通り 2-1-38
- 参加費 500 円
- 対 象 16 歳以上 20 名 (先着順)
- 申 込 12/10～ 電話または施設窓口で  
☎078-251-6622
- 講 師 神戸中国武術協会

