



女性でもできる！！

参加費  
500円

# 護身術教室

自身の安全確保する手段・方法を学べます！

2026.1.12(月・祝) 9：30～10：30

対象 16歳以上

定員 20名

申込 12/8～先着順（又は窓口で）

持ち物 運動しやすい服装、室内シューズ



神戸市立磯上体育館

〒651-0085 兵庫県神戸市中央区八幡通2-1-38

078-251-6622

HPはこちら

