

護身術講習会

転(ころ)ばぬ先の杖(つえ)！自分の身を自分で護(まも)る！

それが護身術(ごしんじゅつ)！

実践的・無料講習会を開催！

常に、万が一に備えた準備をしておけば、何が起きてても対処できる！

アメリカにて30年の指導経験を持つ講師による、

今回、日本で初開催の講習会！

①2023年6月3日(土) (基礎と応用)
13:00～16:00

②2023年6月17日(土) (基礎と応用)
9:00～12:00

開催場所：高島市働く女性の家(今津町)

①②どちらも同じ内容となります。

動きやすい服装でお越しください。

こんな方におススメ！(男女問いません)

○高校生以上の方(はっきりと襲う目的でやってきた相手への対処法を伝授します。)

○中年～高齢の方(転ばぬ先の杖として、怪我をしないために学んでください。)

○護身術を体験してみたいすべての方

※実践には参加せず、椅子に座って見学だけのご参加も大歓迎です！

今回、佐藤氏の一時帰国に合わせて、教えていただけるご縁ができました。

貴重なこの機会に、是非体験してください。

[講師紹介]

佐藤欣生(さとうよしお)氏

アメリカMinnesota州在住

現在まで30年以上に渡り「Self-Defense Club(護身術クラブ)」という、大学のクラブ顧問兼コーチとして鍛錬を重ねてきた。宮城県出身米国大学教授。ミネソタの州立大学で外国語学部教授歴35年(2023年現在)。日本語と日本文化を教えている。趣味は料理、陶芸、墨絵、園芸、写真、ビール作りその他。

アメリカにて 30 年の指導経験を持つ武道家（本業は大学教授）による、 “自分の身を自分で護(まも)る”ための、護身術(ごしんじゅつ)無料講習会

【内容説明】

- ① 酔っ払いなどが突然、絡(から)んできた場合や、はっきりと襲う目的でやってきた相手への対処法。
- ② よくある転倒から身を守る「受け身」のやり方。

この2つの実践的方法を伝授します。

「受け身」ができれば、よくある骨折の後で寝たきりになり、そのまま・・・という可能性も格段に減ります。

空手や柔道などは筋肉の強さにかなり依存しますが、今回紹介するのは、小柄な、もしくは老齢の女の人でも、可能な動きです。

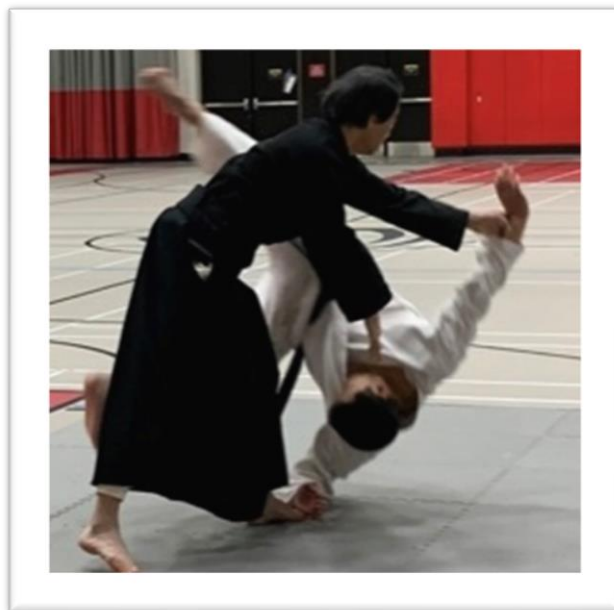
自分に危害を加えようとする相手の期待とは違う、ある動きをすることによって、相手に隙(すき)を与え、その直後に瞬間的な強い痛みを与えたり倒したりして、怯(ひる)ませてから、できるだけ早くその場から立ち去る、という一連の動きを紹介し、一緒に練習します。

今回の講習会では、高校生以上の人なら誰でも学びやすく、実行しやすい技を選んで紹介します。

また、「気」(合気道の気です)という存在が実体験できるデモンストレーションも紹介します。

詳しくはコチラをチェック！

佐藤 隆宜様 Facebook



申込・お問合せ：右下の QR コードもしくは電話・FAX・E-mail でお申し込みください。

高島市働く女性の家（ゆめばれっと高島）

指定管理：NPO法人元気な仲間

全面ご協力：佐藤 隆宜様

TEL/FAX **0740-22-5775**

高島市今津町今津 1640 番地

E-mail josei@npo-genki.com

TEL 受付時間 火～土曜日 9：00～22：00

※日・月曜日・祝日は休館日のため FAX・E-mail のみ受け付けます。

お申し込みは

↓QR コードでもできます↓

