



# 合気道

## 春の初心者向け講習会

全4回で、基礎から丁寧に合気道の稽古をしてみませんか？体力に自信のない方や親子一緒でも愉しく安心して受講頂けます。

日時 令和6年3月2日(土)～3月23日(土)毎週土曜日(全4回)

午前10時～11時

場所 合気道新川塾(〒三鷹市新川6-26-4)

募集対象 4歳以上の三鷹市民(定員20名、先着)

参加費 無料

持物 運動用の長袖長ズボン、飲み物、タオル

申込方法 メール([aikidoshinkawaw@gmail.com](mailto:aikidoshinkawaw@gmail.com))にて

受講希望の氏名・年齢・連絡先をご記入の上、お申込ください

講師 三鷹市合気道連盟 合気道新川塾 田端泰

合気道とは...開祖植芝盛平翁(1883～1969)が日本伝統の武術の奥義を究め、さらに厳しい精神的修行を経て創始した現代武道です。合気道は相手といたずらに強弱を競いません。入身と転換の体捌きと呼吸力から生まれる技によって、お互いに切磋琢磨し合って稽古を積み重ね、心身の錬成を図るのを目的としています。また、合気道は他人と優劣を競うことをしないため、試合や競技を行いません。稽古を積み重ねていく中でお互いを尊重し、和合の心を学ぶことが出来る武道と言えるでしょう。...お互いの習熟度にあわせて技を繰り返し稽古し、心身の錬成を図ることを目的としていますので、老若男女幅広い年齢層の方に稽古していただけます。(公益財団法人合気会ホームページより抜粋)