

健康寿命を

伸ばそう！！

60歳～



シニアのための合気道

4月1日～

無料体験実施中！！

お気軽に体験にお越しください。



開祖直伝の極意 を

道場長阿部豊雲（八段）
が楽しく伝えます。あまり投げたり、転がったりはせず、「氣」の基礎を養うクラスです。

開祖の『書』は遺墨として、多数道場内に展示されています。

年齢・体力に合わせて氣の出し方を和気あいあいの雰囲気の中で、お稽古していきます。

準備運動

椅子に座って、簡単ストレッチで心と体をゆるめます。

- 真向法体操
- いきいき百歳体操
- パタカラ体操など

- ◇ 稽古曜日：月・木
- ◇ 時間：10時00分～11時30分
- ◇ 月謝：5000円
- ◇ 服装：ジャージ等動きやすい服装
- ◇ お持物：飲み物、タオル

※道場は裸足のため、運動靴は必要ありません。

春の入会キャンペーン

入会金 0円

(2024年4月30日までにご入会いただいた方)

あめのたけむすあいきじゅくどうじょう
天之武産合気塾 道場

大阪府吹田市元町 5-7

道場長 阿部豊雲(あべ ほううん)

「シニアの部申し込み又は体験希望」とお伝えください

★ メール : ajuku.aikido.dojo@gmail.com
 <<連絡先>> TEL : 06-6381-6574 (阿部)
 HP :



QRコード (HP)