

指導(活動)分野	空手と護身術		指導	披露	講義
ふりがな	かなもり ひろむ		登録番号		
氏名またはグループ名	金森 弘		F - 9		
指導(活動)内容	・基本の礼法から護身術、競技まで安全かつ合理的に指導します ・伝統空手として歴史や作法の文化的な背景まで英語でも指導可能				
対象者の程度	気軽に楽しむ	初心者向け	中級者向け	上級者向け	レベル問わず
対象者の年代	乳幼児(親子)	小学生	中高生	大人	高齢者 どなたでも
資格・指導の経験・活動歴	・空手道拳流館剛柔流五段 ・日本空手道松涛会四段 ・インドにて3年、空手の教師経験(私立学校) ・学習院大学空手道部指導員 ・中スポーツセンタージュニア空手担当				
経費	・指導(活動)料 5,000円 ・材料費 応相談 ・交通費 実費				

【プログラムの一例】

はじめての空手・タッチ空手講座

定員:20人 所要時間:60分

- ① 本日のプログラム・安全のためのクラスの決まり事を確認
- ② 体操と1人でできる基本動作
- ③ タッチ空手(2人組で互いの膝・もしくは肩をタッチするゲーム形式の練習)
- ④ 楽しみながら体力向上体操と柔軟体操
- ⑤ 質疑応答と感想発表

「空手ワークショップ1日講座」

「英語で学ぶ伝統空手」

・運動内容などは参加者の年齢、体力に合わせてコースを組み立てます



【街の先生からひとこと】

空手では12年間指導経験があり、5か国で指導してきたベテランです。

学校、スポーツセンター、アミューズメントパーク、カルチャーセンターなどでの講座開講も100回を超える実績があります。レベルや目的に合わせてコースや内容は最適に組み立てさせていただきますので、まずはご相談ください。英語での対応も可能です。