

【健康講座】 女性のための やさしい護身術

体力のない方でも気軽に受講できます

護身のノウハウから知識までお教えいたします

身の回りの危険やトラブルを上手に避け合気道を知り
心と体に永遠の輝きと豊かな暮らしを手に入れてみませんか

開催日：平成30年2月16日(金)18:30~20:30

会場：目黒区勤労福祉会館 4階 サークル室

(目黒区目黒2-4-36 目黒区民センター内)

定員：先着20名(女性限定)

参加費：1,000円(税込)

申込先：勤労福祉会館2階窓口にてお申し込みください。

もしくは、メールまたはFAXにてお申し込みください。



講師：村瀬 薫 氏

(公財)合気会公認道場 高伝館A・I・R渋谷支部長

【講義の内容】

カナダ大使館及び軍隊警察、各国在日大使館及び国内警備会社に寄与した功績により評価書・礼状を多数受賞。武道誌、ファッション誌、新聞、テレビ、映画、CMIに出演中。プライム探偵事務所に勤務。有名人のボディガードを経験。

- ①護身術講座
日常生活から活かせる「ヒントとノウハウ」
- ②合気道講座
こんなに簡単！誰でもすぐにできる「セルフディフェンス」

問合せ：電話：03-3711-1135 FAX03-3711-1284 (担当：永島)

メール：info@megurokuchushokigyocenter.jp