

誰でも簡単にできる 女性のための護身術

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

～心と体の護身術マニュアル～

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:①平成27年11月20日(金)18:30～20:30

②平成27年11月21日(土) 9:30～11:30

*①、②の講義内容は、同一内容です。

会場:目黒区勤労福祉会館 4階サークル室

定員:①、②とも先着30名様(女性限定)

参加費:2,000円(消費税込)

服装:動きのできる服装。スカート不可。靴は、運動靴。

申込先:目黒区中小企業センター・目黒区勤労福祉会館 2階窓口

(目黒区目黒2-4-36 目黒区民センター内)

(電話)03-3711-1135 (FAX)03-3711-1284 (e-mail)info@megurokuchushokigyocenter.jp

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

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、CM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。



【講義の内容】

【護身術講座】

日常生活から活かせる「ヒントと
ノウハウ」

【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」