

「MYS花畑」キッズスポーツスクール

- 受講料 ・5,724円(税込) 週1回/月4回
- 特典 ・スイミングとの併用で更にお得になります。
- 定員 ・各6名(定員になり次第締め切ります)
- 時間 ・幼児クラス50分 ・小学生クラス60分
- 体験 ・体験料は、1,404円(税込)



◆空手教室 (護身空手 木村塾)

内容	曜日	時間	対象	カリキュラムと特長
空手教室	水曜日	17:00~18:00	1年生~	<ul style="list-style-type: none"> ・空手を通して、礼儀から空手の技術を学んでいきます ・一人ひとりを大切にされた指導が最大の特長です ・上達にしたがって昇段試験も受けられます
	土曜日	15:10~16:00	幼児~	
		16:00~17:00	1年生~	

◆空手教室カリキュラム概要

級・段	12級(幼児)	11級(幼児)	10級	9級	8級	7級	6級	5級
帯色	白	白	白	白	青	青	緑	緑
基礎	後方受身	前方受身	横受身	前方回転受身	後方回転受身	側転	側方回転受身	跳受身
	クモ	這い	エビ	膝行	横エビ	ウェーブ	強健法1	強健法5
	ひよこ	アザラシ	逆エビ	すり足	肩抜き	反返り	強健法2	強健法6
	カエル	ワニ	ケンケン回り	傘回し	前後ピリッジ	鉄砲	強健法3	組強健法2
				膝刈り歩き	3点倒立	拳立て	強健法4	組強健法3
					逆立ち	鉄蹴	組強健法1	組強健法4
基本	組手構	屈伸	前後屈	左右	円・八の字	片足	騎馬立ち	体捌(表)
	正面受	横受	中段受	正面脛受	上段受	下段払	継ぎ足	体捌(裏)
	掌底直突	鉤突	中段直突	横脛受	内受	外受	送り足	回し、風車受
			裏掌打	膝蹴	膝返	波返	踏み替え足	踵落
				前蹴	打ちおろし	上げ突	歩み足	跳び突、蹴
				廻し蹴	横蹴	後ろ蹴	交差足	回転打
						掛け蹴	回転送り足	旋風脚
						後ろ回し蹴	移動突	肩打
							連撃	旋風脚
							振り打	膊打
学科	挨拶自己紹介	塾訓1	押忍とは	塾訓2	仁、義とは	塾訓3 自信とは	塾訓4 礼節、敬うとは	塾訓5 文武両道、聖人とは
礼法	礼儀作法(挨拶、話し方、聞き方)身だしなみ(道着、帯の着方等) 立座法(正座、安座、座禅)集合訓練(整列)							

★マイ・エス・スイミング花畑

足立区花畑4-33-4 TEL03-3884-1611

・HP

<http://www.mys-hanahata.com/>