



2020年 夏の特別講習会

日常生活をしっかりと支える歩き方 & これがリズムミック・カンフーのレッスンだ！

こういう時だからこそ、日常の心身をしっかりと、より健やかに保つことが一層必要です。その原点に立ち返り、私たちにできることを「歩き方」と「普段のレッスン」を通して学習していきます。

会場では、定員制を初め、新型コロナウイルスへの施策・配慮へのご協力を、よろしくお願いいたします。詳細は裏面を参照してください。

テーマ1：「歩き方改革」

「足腰を守る・鍛える」ための日常の歩き方を実習します。

テーマ2：より効果の上がる通常レッスンの取り組み方

動きの一つ一つについて、ここだけは外せない、という要点を解説しながら、レッスンの流れに沿って進めていきます。

☆開催： 8月2日(日)13:00～16:00

☆定員： 25名(費用の決済を以て申込とし、定員を超えた分は返却します。)

☆講師： 岸 俊和 [創師] 壬生 ゆう [上席師範]

☆会場： 横須賀芸術劇場大リハーサル室 (京急「汐入駅」下車 徒歩1分)

☆費用(税込)： ¥5,500_

☆お申し込み：

費用を下記の申込期間中に、郵便局、又は銀行よりお振込ください。

※1：講座が、中止、又は延期になった場合は、費用は返却いたします。

※2：前回の補習会費用を充当する場合は、その旨を[info@rkw.org]宛にお知らせください。

口座名称：R K特別講習会係：郵便振替口座番号：00140-5-100870

ゆうちょ銀行；〇一九店(セトイキ1ウケ) 当座 100870

申込期間:7月20日(月)～27日(月)

裏面

[A] 参加に当たっては、予め次のチェックを行ってください。

- ① コロナ陽性と判定された人との濃厚接触がない。
- ② 同居家族や身近な人に、感染が疑われた人がいない。
- ③ 体調の異常がない。
➤ 発熱、咳、臭覚・味覚障害、だるさ等。

[B] 当日

- ① 予め、検温（37.5度以下）をしてから来場してください。会場にも、非接触型体温計を準備します。
- ② 会場では、実技中を含めて、マスクの着用をお願いします。ただし、途中で息苦しくなるなどの場合は、各自で判断してください。
- ③ 会場では、手指の消毒や、三密回避へのご協力をお願いします。
- ④ レッスン中の気合は、出さずに行います。それ以外でも、大きな声での会話は控えるようにしましょう。
- ⑤ 会場の横須賀芸術劇場大リハーサル室は、床面積 300 平方メートル、天井の高さ 6メートルと、大きなスペースを広く有効に使って行いますが、最終的には参加者一人一人の配慮が大切です。お互いに協力しながら、楽しく有意義な時間を過ごしましょう。

※その他、ご不安な点は、指導員、または本部宛お問い合わせください。

以上