

令和6年10月14日

各 位

一般財団法人目黒区剣道連盟  
理事長 長 澤 良 治

## 令和6年度シニアスポーツ振興事業

### 「シニア剣道講習会」のご案内

当連盟では、高齢者のスポーツ実施率の向上を図り、高齢者の健康の維持・増進を図ることを目的として、シニア剣道講習会を下記のとおり開催することといたしました。

つきましては、大変お手数ですが参加者の氏名等を別添の「参加申込書」にご記入のうえ、令和6年10月31日（木）までにFAX（03-3792-8224）で、当連盟事務局にお申し込みくださるようお願い申し上げます。

#### 記

1 日 時 第1回：令和6年12月7日（土） 13：00～16：00  
第2回：令和6年12月8日（日） 9：00～12：00

2 場 所 実技：箱根町総合体育館（星槎レイクアリーナ箱根）  
箱根町元箱根 164-1 ☎ 0460-86-3300

3 主 催 NPO目黒体育協会、（公財）東京都体育協会、東京都

4 主 管 一般財団法人目黒区剣道連盟

5 参加対象者 目黒区内で剣道の稽古を行っている者

#### 6 講習時間、内容、講師等

| 7日（土）       |            | 8日（日）       |         |
|-------------|------------|-------------|---------|
| 12:30～      | 受付         | 8:40～       | 受付      |
| 13:00～14:00 | ストレッチ体操    | 9:00～10:00  | 応用技の打ち方 |
| 14:10～15:10 | 基本の打ち方     | 10:00～12:00 | 互角稽古    |
| 15:10～16:00 | 年齢に応じた稽古方法 | 15:00       | 解散      |

7 参加費 参加費は、無料です。

8 宿泊費 1人 15,000円（一泊2食付き・4人部屋）  
箱根高原ホテル 箱根町元箱根 164 ☎ 0460-84-8595

9 当日持参するもの  
当日は、剣道具・稽古着、筆記用具等を持参してください。

#### 10 その他

- (1) 講習会場には、現地集合及び現地解散とします。
- (2) 箱根町の体育館施設を使用しますので、ゴミ等は必ず各自で持ち帰ってください。
- (3) 破損した竹刀等は放置・破棄せず必ず持ち帰ってください。

以 上

別添

令和6年 10 月 日

一般財団法人目黒区剣道連盟事務局 行

(FAX 03-3792-8224)

申込団体

申込責任者名

連絡先電話番号

### 令和6年度シニア剣道講習会参加申込書

次表のとおり参加したいので申し込みます。

| 番号 | 氏名 | 性別 | 年齢 | 級・段位 | 電話番号 |
|----|----|----|----|------|------|
| 1  |    |    |    |      |      |
| 2  |    |    |    |      |      |
| 3  |    |    |    |      |      |
| 4  |    |    |    |      |      |
| 5  |    |    |    |      |      |
| 6  |    |    |    |      |      |
| 7  |    |    |    |      |      |
| 8  |    |    |    |      |      |
| 9  |    |    |    |      |      |
| 10 |    |    |    |      |      |