

令和8年度 第1期 台東学びのひろば「学びの仲間体験講座」

区内で学習活動をしている団体・サークルが日頃の活動の様子を紹介する講座を企画します。
団体・サークルの学習活動に参加しながらグループでの学びを体験できます。

やさしい空手で健康になろう

ゆるっと、無理なく、でもカッコいい空手の技を体験します。
一緒に運動不足を解消しませんか？

2026年 6月20日・27日、7月4日
土曜日 全3回 14:00~16:00



空手で始めよう!
健康習慣

初心者・未経験
大歓迎♪

対象：16歳以上の区内在住・在勤・在学の方

定員：20名(応募者多数の場合は抽選)

会場：今戸社会教育館 ホール

教材費：無料

持ち物：動きやすい服装(ジャージ、Tシャツなど)

汗拭きタオル、水分補給用飲料

申込方法 **5月8日(金)当日必着**

往復はがき又は台東区立社会教育センター・社会教育館ホームページにてお申込みください。

※はがきの記入内容などの詳細は広報たいとう4月5日号をご覧ください。

下記までお問い合わせください。

※定員に満たない場合は引き続き募集をすることがあります。

◆企画・運営◆ 空手サークル健空会

2025年に空手講座から発足しました。やさしく無理のない空手の練習で、健康になることを目指しています。ゆるっとした練習でも、カッコイイ空手の技や形を習得でき、楽しく和気あいあいと活動しています。

会場・お問い合わせ

台東区立 今戸社会教育館

〒111-0024 台東区今戸2-26-12

Tel 03-3873-4140

※月曜午前・祝日休館

<https://www.taito-shakyo.com/>

HPからの
申込はこちら↓

