

弱者のための  
護身法教室のご案内

【日にち】 9月29日(月)

【時 間】 4時30分～5時50分

【場 所】 まっく体操クラブ 三鷹教室

【対 象】 小学生以上、成人男女、シニア、  
元会員、親子 大歓迎！！

【参加費】 1回 3,000円（親子 5,000円）

※参加費は封筒に入れて当日ご持参ください。

※9月26日(金)までにお申し込みください。

【お願い】

- ・車、自転車でお越しの方は、公共のパーキング  
をご利用ください。
- ・次回の日程は、前月末に  
まっくHPで告知します。  
ご確認ください。



講師：柳 利知(やなぎ としかず)

元まっく合気道教室講師

元成城大学合気道部総監督